

STUDI CROSS SECTIONAL : DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP RESILIENSI AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG MENGERJAKAN SKRIPSI

Nurul Hasanah, Zifriyanti Minanda Putri*, Dewi Murni

Fakultas Keperawatan, Universitas Andalas, Limau Manis, Pauh, Padang, Sumatera Barat 25175, Indonesia

*zifriyanti@nrs.unand.ac.id

ABSTRAK

Mahasiswa akhir rentan mengalami stres ketika dihadapkan dengan berbagai masalah dan tantangan saat proses penyusunan skripsi. Kemampuan resiliensi akademik diperlukan oleh mahasiswa untuk bisa bertahan dalam menghadapi segala kesulitan yang dihadapi saat pengerjaan skripsi, namun beberapa mahasiswa masih mempunyai kemampuan resiliensi yang rendah. Dukungan sosial berperan penting bagi mahasiswa terutama pada masa-masa sulit. Tujuan penelitian ini yaitu mengetahui hubungan dukungan sosial dengan resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas. Metode penelitian ini adalah metode kuantitatif korelasional. Sampel berjumlah 106 orang yang ditentukan menggunakan teknik simple random sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner Dukungan Sosial dan Academic Resilience Scale-30. Analisis data menggunakan uji korelasi spearman. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan yang kuat dan positif antara dukungan sosial dengan resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) dan nilai $r = 0,635$, artinya semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi resiliensi akademik mahasiswa. Diharapkan mahasiswa dapat mengontrol emosi negatif dan tidak mudah panik dengan cara berfokus pada penyelesaian masalah. Keterlibatan dan support dari orangtua, teman, dan dosen sangat dibutuhkan untuk meningkatkan resiliensi mahasiswa.

Kata kunci: dukungan sosial; mahasiswa akhir; resiliensi akademik; skripsi

CROSS SECTIONAL STUDY : SOCIAL SUPPORT FOR ACADEMIC RESILIENCE IN STUDENTS WORKING ON THESIS

ABSTRACT

Final year students prone to experience stress when faced problems and challenges during process of preparing their thesis. Academic resilience skills needed by students for survive all difficulties encountered when working on their thesis, but some students still have low resilience abilities. Social support an important for students, especially during difficult times. This study aimed to find out the relationship between social support and academic resilience among students who are working on their theis at the Faculty of Nursing at Andalas University. The research method used quantitative research correlational. The sampling technique was simple random sampling with a total sample size of 106 people. Data collected used the Social Support scale and Academic Resilience Scale-30 questionnaires. Data analyzed use Spearman correlated test. The result indicated that a strong and positive relationship between social support and the academic resilience of students who are working thesis, with a p value=0.000 and $r = 0.635$, it means the higher the social support, so the higher the academic resilience of students. The student expected can control negative emotions and don't panic easily by focusing on solve problems. Involvement from parents, friends, and lecturers is needed to increase student resilience.

Keywords: academic resilience, final students, social support, thesis

PENDAHULUAN

Kesehatan mental atau jiwa merupakan aspek utama dalam menentukan kesehatan seseorang. Prevalensi orang dengan gangguan kesehatan mental di Indonesia yaitu 1 dari 5 penduduk atau 20% dari populasi memiliki potensi untuk terkena permasalahan pada kesehatan jiwanya (Kementrian Kesehatan RI, 2021). Gangguan kesehatan mental dapat terjadi kepada siapa saja termasuk mahasiswa. *The Insight Network* melakukan survey kesehatan mental kepada lebih

dari 21.000 mahasiswa di 140 Universitas di Inggris, hasil survey menunjukkan bahwa 1 dari 5 mahasiswa mengalami gangguan kesehatan mental (Campbell et al., 2022). Permasalahan kesehatan mental pada mahasiswa mengalami peningkatan dari tahun ke tahun (Adil & Muzdalifah, 2021). Hasil Riset Kesehatan Dasar menyatakan bahwa prevalensi gangguan mental emosional pada penduduk 15 tahun ke atas meningkat dari angka 6,1% menjadi 9,8% yang ditandai dengan gejala depresi dan kecemasan (Riskesdas, 2018). Mahasiswa merupakan populasi dengan rentang umur 15-24 tahun yang termasuk pada remaja akhir dan dewasa awal, dimana masa ini adalah fase dianggap penuh berbagai masalah atau tekanan (Suryanto & Nada, 2021). Masa dimana mahasiswa memiliki tekanan yang cukup besar yaitu ketika mahasiswa mengerjakan tugas akhir atau skripsi, banyak mahasiswa yang menganggap mengerjakan skripsi adalah hal yang menakutkan sehingga hal ini menjadi beban bagi mahasiswa (Sekarini, 2021).

Seringkali ketika proses penyusunan skripsi mahasiswa mengalami berbagai kesulitan dan hambatan, diantaranya pada penelitian Zain et al (2021) mayoritas mahasiswa yakni 46% mengalami kesulitan pada pembuatan latar belakang. Kesulitan lainnya yaitu ketika mencari sumber referensi, pengumpulan dan pengolahan data, dan dalam proses ujian serta perbaikan skripsi (Zain et al., 2021). Untuk dapat menghadapi berbagai kesulitan dan tantangan ketika mengerjakan skripsi maka mahasiswa memerlukan kemampuan resiliensi akademik. Menurut Cassidy, resiliensi akademik merupakan kemampuan mahasiswa untuk tetap bertahan dalam menyelesaikan studi walaupun menghadapi kesulitan atau permasalahan dalam hal akademik (Cassidy, 2016). Terdapat tiga aspek resiliensi akademik yaitu *perseverance*, *reflecting and adaptive help seeking*, dan *negative affect and emotional response* (Cassidy, 2016). *Perseverance* (Ketekunan) merupakan aspek yang menggambarkan individu yang bekerja keras, pantang menyerah, terus berusaha, serta selalu berjuang untuk melawan tantangan dan berbagai masalah yang ada. Aspek *reflecting and adaptive help seeking* (refleksi dan mencari bantuan adaptif) menggambarkan individu yang bisa menyadari kelemahannya dan mampu mencari bantuan sebagai upaya untuk menghadapi tantangan atau masalah. Aspek *negative affect and emotional response* (pengaruh negatif dan respon emosional) menggambarkan individu yang bisa mengelola emosi negatif seperti cemas, panik, serta mampu merespon suatu masalah dengan emosi positif.

Penelitian (Syahrinnisa et al., 2022) menemukan 33% mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi memiliki kemampuan resiliensi atau ketahanan akademik yang rendah. Resiliensi akademik yang rendah terlihat dari mahasiswa yang selalu merasa khawatir, menghindari kesulitan, dan tidak mempunyai cara tersendiri untuk mengubah situasi sulit menjadi peluang untuk mengembangkan potensi dan kemampuannya ke arah yang lebih baik, mahasiswa yang memiliki resiliensi rendah juga akan menghindari masalah yang dihadapinya, cepat menyerah bahkan menarik diri ketika menghadapi stress dan tekanan akademik (Okvella & A.Setyandari, 2022). Mahasiswa yang menyusun skripsi tentunya membutuhkan ketahanan atau resiliensi akademik yang tinggi agar kesehatan mentalnya tetap terjaga dan terhindar dari gangguan jiwa. Dampak buruk yang bisa terjadi ketika mahasiswa tidak mampu menghadapi tantangan dalam pengerjaan skripsi adalah stress, depresi, bahkan pengakhiran hidup atau bunuh diri (Wardhana & Kurniawan, 2018).

Penelitian menyebutkan bahwa salah satu faktor yang menyebabkan rendahnya resiliensi akademik adalah kurangnya dukungan sosial, karena sebagian besar mahasiswa yang sedang menyusun skripsi cenderung merasa cemas, stres, bosan, rendah diri dan kehilangan motivasi (Pratiwi & Kumalasari, 2021). Dukungan sosial merupakan suatu bentuk kepedulian, penghargaan, informasi dan bentuk lain yang diberikan orang-orang disekitar individu yang

dapat membantu individu mengatasi permasalahan yang dihadapinya sehari-hari (Sarafino & Smith, 2017). Dukungan sosial terdiri atas dukungan emosional, penghargaan, instrumental, dan dukungan informasi yang bisa didapatkan dari orangtua, keluarga, teman, pasangan, dan organisasi komunitas seperti dosen di kampus (Sarafino & Smith, 2017). Menurut penelitian Asih et al (2019) dukungan sosial yang diberikan kepada seseorang yang sedang mengalami kesulitan, maka akan meningkatkan ketahanan seseorang tersebut untuk menghadapi masalah yang sedang dihadapinya (Asih et al., 2019). Dukungan sosial yang tepat akan membantu seseorang memenuhi kebutuhannya dalam kondisi sulit, membantunya menemukan cara efektif dalam menyelesaikan masalah, membuat seseorang merasa dicintai dan dihargai, sehingga meningkatkan rasa percaya diri dan dapat menjalani kehidupan yang lebih baik (Trimulatsih & Appulembang, 2022).

Berdasarkan survei awal yang peneliti lakukan pada 12 orang mahasiswi Fakultas Keperawatan Universitas Andalas angkatan 2019 yang sedang mengerjakan skripsi, mereka mengalami beberapa kendala ketika proses pengerjaan skripsi, kendala tersebut diantaranya yaitu 10 dari 12 orang (83,3%) kesulitan mendapatkan literatur, 5 dari 12 orang (41,7%) tidak memahami topik penelitian, 2 dari 12 orang (16,7%) dosen pembimbingnya sulit ditemui, 9 dari 12 orang (75%) revisi yang berulang-ulang, dan 6 dari 12 orang (50%) kesulitan mendapatkan instrumen penelitian. Adanya berbagai kesulitan yang dihadapi mahasiswa fakultas keperawatan saat menyusun skripsi membuat 9 dari 12 (75%) mahasiswa merasa mudah menyerah ketika kesulitan mengerjakan skripsi, dan 7 dari 12 (58,3%) mahasiswa bermalas-malasan mengerjakan skripsi. Hal ini mengindikasikan bahwa rendahnya resiliensi akademik yang mahasiswa dilihat dari aspek *perseverance*. Kemudian dari studi pendahuluan juga didapatkan bahwa 11 dari 12 (91,7%) mahasiswa mudah panik ketika mengerjakan skripsi, 9 dari 12 (75%) mahasiswa berpikiran negatif ketika proses pengerjaan skripsi, 10 dari 12 (83,3%) mengalami kecemasan ketika mengerjakan skripsi. Hal ini mengindikasikan bahwa rendahnya kemampuan resiliensi akademik mahasiswa ditinjau dari aspek *negative affect and emotional response*. Mahasiswa menyatakan membutuhkan waktu 4-7 hari untuk dapat bangkit kembali mengerjakan skripsi setelah melalui masa sulit atau kendala.

Berdasarkan studi pendahuluan mahasiswa juga menyatakan bahwa mereka membutuhkan adanya *support* dari orang terdekat baik orangtua, keluarga, teman sejawat, dan dosen ketika proses penyusunan skripsi ini agar mereka tetap mampu bertahan meskipun menghadapi berbagai persoalan yang ada. Namun ada beberapa mahasiswa yaitu 5 dari 12 (41,6%) orang merasakan kurangnya *support* atau dukungan sosial ketika ia mengalami kesulitan pengerjaan skripsi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui rerata skor dukungan sosial, mengetahui rerata skor resiliensi akademik, dan mengetahui hubungan dukungan sosial dengan resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.

METODE

Metode penelitian ini yaitu kuantitatif korelasional. Populasinya yaitu seluruh mahasiswa tingkat akhir angkatan 2019 yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas yang berjumlah 143 orang. Sampel berjumlah 106 orang yang ditentukan menggunakan teknik *simple random sampling*. Tempat penelitian yaitu di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas, Padang dengan waktu pengambilan data pada tanggal 13-20 Juni 2023. Penelitian ini telah mendapatkan izin dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Keperawatan Universitas Andalas Padang dengan nomor uji etik yaitu No.092.laiketik/KEPKFKEPUNAND. Variabel dukungan sosial diukur dengan kuesioner dukungan sosial yang diadopsi dari penelitian Rahmawati (2019) dengan nilai *cronbach*

α 0,88 yang artinya kuesioner tersebut layak untuk dijadikan alat ukur. Dukungan sosial merupakan segala bentuk bantuan, perhatian, kenyamanan, penghargaan yang diberikan oleh seseorang kepada mahasiswa yang menyusun skripsi. Kuesioner dukungan sosial disusun berdasarkan teori Sarafino and Smith (2017) memiliki 19 item pernyataan yang terdiri dari 4 domain yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi dengan skala ukur interval. Kuesioner terdiri dari pernyataan *favourable* dan *unfavourable*. Pilihan jawaban terdiri sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, dan tidak sesuai dengan skor 1-4. Hasil ukur skor rentang 19-76.

Variabel resiliensi akademi diukur menggunakan kuesioner *The Academic Resilience Scale-30* (ARS-30) yang diadopsi dari penelitian Shinta (2021) dengan nilai *cronbach alpha* 0,96. Resiliensi akademik merupakan ketangguhan mahasiswa untuk menghadapi kesulitan ketika proses pengerjaan skripsi. Kuesioner ARS-30 disusun berdasarkan teori Cassidy (2016) memiliki 30 item pernyataan yang terdiri dari 3 domain yaitu *perseverance*, *reflecting and adaptive help seeking* dengan skala ukur interval. Kuesioner terdiri dari pernyataan *favourable* dan *unfavourable*. Pilihan jawaban terdiri sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, dan tidak sesuai dengan skor 1-4. Hasil ukur skor rentang 19-76. Sebelum pengambilan data, peneliti menjelaskan tujuan dan manfaat penelitian, serta hak responden kepada calon responden. Kemudian peneliti memberikan *informed consent* kepada responden sebagai bentuk persetujuan untuk mengikuti penelitian dan mempersilahkan responden untuk mengisi kuesioner yang terdiri dari data sosial demografi, kuesioner dukungan sosial, dan kuesioner resiliensi akademik.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis univariat untuk menggambarkan karakteristik responden, analisa deskriptif dukungan sosial dan resiliensi akademik dengan melihat nilai mean, median, minimum, maksimum, dan standar deviasi (Notoadmodjo, 2018) . Selanjutnya analisis bivariat yaitu uji korelasi *pearson* jika data terdistribusi normal dan uji korelasi *spearman* jika data tidak terdistribusi normal. Untuk melihat arah dan kekuatan hubungan dukungan sosial dengan resiliensi akademik. Maka dari itu sebelum menentukan uji korelasi, peneliti melakukan uji normalitas terlebih dahulu menggunakan nilai rasio skewness dan kurtosis. Pada variabel dukungan sosial memiliki nilai rasio skewness -3,326 dan rasio kurtosis 2,778 yang mana kedua nilai ini tidak berada di rentang -2 hingga +2 sehingga ditarik kesimpulan bahwa variabel dukungan sosial tidak terdistribusi normal (Nihayah, 2019). Sedangkan pada variabel resiliensi akademik memiliki nilai rasio skewness 1,839 dan nilai rasio kurtosis -0,796, keduanya berada pada rentang -2 hingga +2 sehingga dapat dikatakan bahwa data resiliensi akademik terdistribusi normal (Nihayah, 2019). Dikarenakan salah satu variabel tidak berdistribusi normal maka data disimpulkan terdistribusi tidak normal. Oleh karena itu peneliti menggunakan uji korelasi non parametrik yaitu uji *Spearman*

HASIL

Tabel 1.
 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (n=106)

Karakteristik Responden	f	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	2	1,9
Perempuan	104	98,1
Tempat Tinggal		
Kos	69	65,1
Rumah Orangtua	26	24,5
Rumah Kerabat	11	10,4

Tabel 2.
 Rerata Skor Dukungan Sosial pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi (n=106)

Variabel	Skor		
	Median	Min-Max	SD
Dukungan Sosial	29 - 76	29 - 76	8,463
Dukungan Emosional	20	6 - 24	3,338
Dukungan Penghargaan	16	7 - 20	2,463
Dukungan Instrumental	13	6 - 16	1,933
Dukungan Informasi	12	6 - 16	1,900

Tabel 3.
 Rerata Skor Resiliensi Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi (n=106)

Variabel	Skor		
	Mean	Min - Max	SD
Resiliensi Akademik	94,07	76 - 117	9,981
<i>Perseverance</i>	45,93	36 - 56	4,490
<i>Reflecting and adaptive help seeking</i>	28,73	21 - 36	3,382
<i>Negative affect and emotional response</i>	19,41	9 - 27	3,491

Tabel 4.
 Hasil Uji Korelasi Dukungan Sosial dengan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi (n=106)

Variabel	Resiliensi Akademik		
	Koefisien Korelasi (r)	r ²	p value
Dukungan Sosial	0,635	0,403	0,000

Tabel 1 dapat dilihat bahwa berdasarkan jenis kelamin, hampir seluruh responden berjenis kelamin perempuan yaitu 104 orang (98,1%). Sedangkan untuk jenis kelamin laki-laki yaitu 1,9%. Berdasarkan tempat tinggal sebagian besar dari responden bertempat tinggal di kos yaitu sebanyak 69 orang (65,1%). Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa nilai tengah dukungan sosial yang diperoleh dari 106 responden yaitu 61,50 yang artinya rata-rata responden dalam penelitian ini mempunyai dukungan sosial yang tinggi. Skor terendah yaitu 29 dan skor tertinggi yaitu 24. Kemudian jika dilihat berdasarkan empat aspek yang ada pada dukungan sosial, dukungan emosional mempunyai nilai nilai tengah 20 yang artinya responden mempunyai dukungan emosional yang tinggi. Selanjutnya nilai tengah pada dukungan penghargaan 16, dukungan instrumental 13, dan dukungan informasi 12 yang artinya bahwa rata-rata responden dalam penelitian ini mempunyai dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasi yang tinggi.

Tabel 3 dapat dilihat bahwa rata-rata skor resiliensi akademik yang diperoleh 106 responden yaitu 94,07 yang artinya responden dalam penelitian ini mempunyai resiliensi akademik yang tinggi. Skor terendah dalam penelitian ini yaitu 76 dan skor tertinggi 117. Jika dilihat per aspek resiliensi akademik, *perseverance* mempunyai nilai rata-rata 45,93 yang artinya responden mempunyai *perseverance* yang tinggi. Aspek *reflecting and adaptive help seeking* mempunyai nilai rata-rata 28,73 yang artinya rata-rata responden pada penelitian ini mempunyai *reflecting and adaptive help seeking* yang tinggi. Kemudian pada aspek *negative affect and emotional response* mempunyai nilai rata-rata 19,41 yang artinya rata-rata responden pada penelitian ini mempunyai *negative affect and emotional response* yang sedang. Tabel 4 diketahui bahwa hasil uji korelasi *spearman* didapatkan nilai p value adalah 0,000 dengan nilai r=0,635 yang artinya terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi akademik. Selanjutnya hasil penelitian menunjukkan nilai koefisien korelasi (r) yaitu 0,635 yang artinya dukungan sosial dan resiliensi akademik mempunyai kekuatan hubungan yang kuat dan arah hubungan yang positif, yang artinya semakin tinggi dukungan

sosial yang didapatkan, maka semakin tinggi pula resiliensi akademik pada mahasiswa, begitupun sebaliknya. Nilai $r^2 = 0,403$ yang artinya dukungan sosial mempunyai pengaruh sebesar 40,3% terhadap resiliensi akademik, sedangkan 59,7% dipengaruhi oleh faktor lain.

PEMBAHASAN

Gambaran Karakteristik Responden

Penelitian ini didominasi oleh jenis kelamin perempuan yang berjumlah 104 orang (98,1%). Hal ini dikarenakan berdasarkan data dari bagian kemahasiswaan Universitas Andalas, jumlah mahasiswa perempuan di Fakultas Keperawatan Universitas lebih banyak dari pada laki-laki setiap tahunnya. Di Indonesia, perawat cenderung didominasi oleh perempuan yang sering dikaitkan dengan sifat keibuan, sabar, telaten, lemah lembut, dan berbelas kasih sehingga orang cenderung beranggapan bahwa profesi perawat lebih cocok dan didominasi oleh perempuan. Oleh karena itu proporsi perempuan pada mahasiswa keperawatan jauh lebih besar daripada laki-laki (Martaviani et al., 2020). Sebagian besar mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas bertempat tinggal di kos yang berjumlah 69 orang (65,1%). Hal ini dikarenakan mahasiswa fakultas keperawatan banyak yang berasal dari luar daerah sehingga menyebabkan harus menyewa kos untuk dijadikan tempat tinggal. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Said et al (2021) dimana mahasiswa yang mengerjakan skripsi didominasi oleh mahasiswa berdomisili di luar daerah. Tantangan yang dihadapi oleh mahasiswa rantau yang sedang menyelesaikan skripsi adalah kemampuan untuk mengatasi masalah secara mandiri dan adanya tekanan dari lingkungan sekitar, mahasiswa tersebut dituntut untuk menyelesaikan studinya dengan cepat karena banyaknya harapan dari keluarga, teman, dan lingkungan sekitar (Said et al., 2021).

Gambaran Rerata Skor Dukungan Sosial pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi

Hasil penelitian ini didapatkan nilai tengah dukungan sosial 61,50 dengan skor terendah 29 dan skor tertinggi 76. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Keperawatan mendapatkan dukungan sosial yang tinggi dari orang-orang sekitarnya seperti orangtua, teman, dan dosen berupa dukungan emosional, penghargaan, instrumental dan dukungan informasi. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Nastiti didapatkan lebih dari setengah responden (56,5%) mahasiswa yang mengerjakan skripsi mendapatkan dukungan sosial yang tinggi (Nastiti, 2019). Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa mahasiswa mendapatkan dukungan sosial yang tinggi dari orang sekitarnya dimana dukungan sosial ini sangat membantu kelancaran pengerjaan skripsi mahasiswa dan mengurangi tekanan atau tingkat stress yang dialami oleh mahasiswa. Dukungan sosial yang diberikan kepada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi sesuai dengan teori Sarafino & Smith (2017) yaitu berupa dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasi (Sarafino & Smith, 2017).

Mayoritas mahasiswa dalam penelitian ini memiliki dukungan sosial yang tinggi, namun masih terdapat mahasiswa yang memiliki dukungan sosial yang rendah, yaitu 1 orang (0,9%). Hasil ini lebih baik daripada penelitian yang dilakukan oleh Alvionita (2022) kepada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi bahwa masih terdapat beberapa responden yang memiliki dukungan sosial rendah yaitu 8 orang dengan persentase 11%. Dukungan sosial yang rendah bisa disebabkan oleh kurangnya hubungan interpersonal yang positif, isolasi sosial, dan stress akademik yang tinggi. Selain itu, adanya perbedaan budaya dan nilai-nilai yang berbeda juga dapat memengaruhi dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa. Dukungan sosial yang rendah dari lingkungan sekitar dapat berdampak negatif bagi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, dimana hal ini dapat memengaruhi kesejahteraan mental dan

emosional, serta kinerja akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Dukungan sosial sesuai dengan kuesioner penelitian ini terdiri dari 19 pernyataan yang terbagi menjadi 4 domain. Dukungan emosional yang didapatkan oleh 106 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Keperawatan pada penelitian ini memiliki nilai tengah 20 yang artinya bahwa rata-rata responden mempunyai dukungan emosional yang tinggi. Dukungan emosional didapatkan oleh mahasiswa berupa empati, perhatian, dan kepedulian kepada mahasiswa (Ye et al., 2021). Dukungan emosional dapat dilakukan dengan cara mendengarkan masalah serta memahami kesulitan yang dialami oleh mahasiswa ketika mengerjakan skripsi (Afriansyah, 2019).

Penelitian menyebutkan bahwa dukungan emosional yang diberikan oleh keluarga kepada mahasiswa ketika sedang mengerjakan skripsi, akan membuat mahasiswa merasa tidak menanggung beban sendiri, tetapi masih ada orang lain yang memerhatikan dan mendengarkan keluh kesah terhadap kendala yang dialami selama proses pengerjaan skripsi (Inayatul'ain, 2018). Dukungan penghargaan memiliki nilai tengah 16 yang artinya bahwa rata-rata responden mempunyai dukungan penghargaan yang tinggi. Dukungan penghargaan kepada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dapat diberikan dengan cara memberikan apresiasi, pengakuan atau pujian atas kemajuan pengerjaan skripsi yang akan membuat mahasiswa lebih semangat lagi dalam mengerjakan skripsinya (Afriansyah, 2019). Mahasiswa yang mendapatkan dukungan penghargaan tentunya akan merasa dihargai, mendapatkan pengakuan atas usaha yang telah mereka lakukan, dan akan lebih puas dengan apa yang mereka capai sehingga mahasiswa akan lebih yakin dengan kemampuan dan potensi mereka yang bisa berdampak positif pada skripsi yang dihasilkan.

Dukungan instrumental memiliki nilai tengah 13 yang artinya bahwa rata-rata mahasiswa mempunyai dukungan instrumental yang tinggi. Dukungan instrumental yang dapat diberikan kepada mahasiswa yang mengerjakan skripsi yaitu memberikan materi atau jasa seperti meminjam buku referensi dan mencarikan jurnal, hal ini akan membuat mahasiswa merasa terbantu (Afriansyah, 2019). Dukungan informasi memiliki nilai tengah 12 yang artinya bahwa rata-rata mahasiswa mempunyai dukungan informasi yang tinggi. Dukungan informasi mempunyai nilai tengah yang paling rendah dibandingkan aspek dukungan sosial yang lainnya. Dukungan informasi yang didapatkan oleh mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi yaitu berupa nasihat, masukan dan saran untuk menyelesaikan skripsi (Afriansyah, 2019).

Gambaran Rerata Skor Resiliensi Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi

Hasil penelitian ini didapatkan skor rata-rata resiliensi akademik yaitu 94,07 dengan skor terendah 76 dan skor tertinggi 117. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas memiliki resiliensi akademik tinggi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Okvella (2022) pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi didapatkan bahwa lebih dari setengah responden (64,7%) memiliki resiliensi akademik yang tinggi (Okvella & A.Setyandari, 2022). Hasil penelitian ini juga didukung oleh penemuan Said et al (2021) bahwa sebanyak 75% mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi memiliki resiliensi akademik yang tinggi (Said et al., 2021). Menurut peneliti, resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas mayoritas sudah cukup tinggi, dimana mahasiswa ini akan mampu mengubah kegagalannya dalam hal akademik dan meraih kesuksesan. Mahasiswa dengan resiliensi akademik tinggi adalah mahasiswa yang bekerja keras, pantang menyerah, berfokus pada proses dan tujuan,

mampu merefleksikan kelemahan dan kekuatan yang ada pada dirinya, mampu mencari bantuan secara adaptif dan merespon suatu keadaan sulit dengan emosi positif (Okvella & A.Setyandari, 2022).

Resiliensi akademik sesuai dengan kuesioner penelitian ini terdiri dari 30 pernyataan yang terbagi menjadi 3 domain yaitu *perseverance*, *reflecting and adaptive help seeking*, dan *negative affect and emotional response*. Aspek *perseverance* atau ketekunan memiliki nilai rata-rata 45,93 yang artinya bahwa rata-rata responden mempunyai *perseverance* yang tinggi. Menurut peneliti, mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas sudah memiliki *perseverance* yang cukup tinggi, dimana mahasiswa sudah bekerja keras dengan selalu mengerjakan skripsinya, menggunakan masukan dan tidak mengabaikan arahan dari dosen pembimbing untuk merevisi skripsi, tidak mudah menyerah ketika mengalami kesulitan menyusun skripsi dan termotivasi untuk berusaha lebih keras, melakukan yang terbaik untuk menyelesaikan skripsi, dan berusaha untuk mencari solusi saat mengalami kesulitan skripsi.

Aspek *reflecting and adaptive help seeking* atau refleksi dan mencari bantuan adaptif memiliki nilai rata-rata 28,73 yang artinya rata-rata responden mempunyai *reflecting and adaptive help seeking* yang tinggi. Aspek *reflecting and adaptive help seeking* menggambarkan individu yang mampu menyadari dan memanfaatkan kekuatan yang dimilikinya serta mengevaluasi kelemahannya dan berani untuk meminta bantuan dari sekitar sebagai upaya beradaptasi. Menurut peneliti, berdasarkan hasil penelitian mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas memiliki *reflecting and adaptive help seeking* yang cukup tinggi, dimana mahasiswa mengevaluasi usahanya dalam menyusun skripsi, mahasiswa segera mencari bantuan dari dosen saat kesulitan mengerjakan skripsi, menetapkan target, mencari dukungan dari keluarga dan teman-teman saat mengerjakan skripsi, serta mengevaluasi kekuatan dan kelemahan yang dimiliki untuk membantu menyelesaikan skripsi.

Aspek *negative affect and adaptive help seeking* memiliki nilai rata-rata 19,41 yang artinya rata-rata responden mempunyai *negative affect and emotional response* yang sedang. Aspek *negative affect and emotional response* menggambarkan individu yang mampu mengelola emosi negatif seperti rasa cemas, mampu merespon suatu kondisi sulit dengan emosi yang positif karena yakin akan kemampuan dirinya. Menurut peneliti, sebagian besar mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas sudah memiliki kemampuan *negative affect and emotional response* yang cukup baik ditandai dengan mahasiswa merasa optimis dalam menjalani perkuliahan dan optimis memikirkan peluang sukses setelah perkuliahan. Namun masih ada beberapa mahasiswa yang memiliki kemampuan *negative affect and emotional response* yang rendah dimana mahasiswa mengalami depresi dan mudah panik ketika sedang kesulitan menyusun skripsi. Penelitian menyebutkan bahwa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi rentan terkena stress atau depresi jika mereka tidak mampu menangani kendala ketika proses penyusunan skripsi (Maisarah et al., 2021). Hal ini dikarenakan mahasiswa tidak bisa melakukan analisa kausal masalah atau tidak bisa mengidentifikasi permasalahan dan cenderung *over thinking* saat ada masalah. Mahasiswa tidak bisa mengelola emosinya dengan baik sehingga mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengontrol emosi, seperti rasa panik dan cemas saat menyusun skripsi.

Hubungan Dukungan Sosial dengan Resiliensi Akademik

Hasil uji statistik yaitu uji korelasi *spearman* yang telah dilakukan menunjukkan bahwa hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima. Berdasarkan hasil uji korelasi *spearman* pada penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan resiliensi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas dengan nilai $p=0,000$ ($p<0,005$) dan nilai konstanta atau nilai $r=0,635$. Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa secara statistik terdapat hubungan yang kuat dan positif antara dukungan sosial dengan resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas. Yang artinya semakin tinggi dukungan sosial pada mahasiswa maka semakin tinggi pula resiliensi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial pada mahasiswa, maka semakin rendah pula resiliensi akademiknya. Berdasarkan hasil penelitian ini juga dapat disimpulkan bahwa mahasiswa dengan dukungan sosial yang mencukupi cenderung lebih tahan banting atau mampu pulih kembali setelah menghadapi segala kesulitan akademik yang dialami daripada mahasiswa yang kurang mendapat dukungan sosial dari lingkungan sekitar atau orang terdekat seperti orangtua, keluarga, teman, dan dosen.

Temuan hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Syahrinnisa et al., (2022) dan Said et al., (2021), dan Wulandari & Kumalasari Dewi, (2022) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan resiliensi akademik pada mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi, yang artinya semakin tinggi dukungan sosial maka akan semakin tinggi pula resiliensi akademik. Hasil penelitian ini didukung oleh teori yang Sarafino & Smith (2017) yang menyatakan bahwa dengan adanya dukungan sosial yang didapatkan oleh seseorang dapat membantu individu tersebut dalam menyesuaikan diri dengan tuntutan-tuntutan akademik serta memiliki banyak informasi dalam penyelesaian akademik (Sarafino & Smith, 2017). Dukungan sosial yang diterima oleh individu juga dapat merubah persepsi individu yakni mahasiswa tahun akhir yang sedang menyusun skripsi bahwa ia tidak menghadapi kesulitan sendirian, melainkan banyak orang disekitarnya yang bersedia membantu, dan memberikan semangat ketika mahasiswa mengalami kesulitan saat menyusun skripsi (Syahrinnisa et al., 2022).

Dukungan sosial merupakan bantuan yang diberikan oleh lingkungan sekitar baik bersifat material maupun non material, dengan adanya dukungan sosial pada mahasiswa maka akan dapat mempengaruhi ketangguhan dalam proses pendidikan (Said et al., 2021). Menurut peneliti, dukungan sosial yang didapatkan oleh mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas berupa dukungan emosional, penghargaan, instrumental, dan dukungan informasi dapat membuat mahasiswa bisa lebih baik dalam menghadapi berbagai masalah dan kesulitan ketika proses menyusun skripsi sehingga meningkatkan resiliensi akademik mahasiswa dan dapat berdampak positif kepada kesejahteraan mental dan psikologis mahasiswa serta dapat menghasilkan penelitian atau skripsi yang maksimal. Dukungan sosial menjadi hal penting bagi proses mahasiswa dapat mengatasi tekanan psikologis yang dirasakan oleh mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi pada masa-masa sulit dan menekan sehingga mahasiswa dapat menjadi individu yang resilien secara akademik.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini dan pembahasan mengenai dukungan sosial dan resiliensi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas pada 106 responden penelitian, dapat disimpulkan bahwa hampir seluruh responden berjenis kelamin perempuan dan sebagian besar responden tinggal di kos. Responden pada penelitian ini mempunyai rata-rata dukungan sosial yang tinggi dan resiliensi akademik yang tinggi. Kemudian terdapat hubungan yang kuat antara dukungan sosial dengan resiliensi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas dengan arah hubungan yang positif, dimana semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi juga resiliensi akademik mahasiswa, begitu juga sebaliknya. Diperlukan adanya support dari orangtua, keluarga, teman, dosen, dan orang terdekat untuk dapat meningkatkan resiliensi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriansyah. (2019). Hubungan antara regulasi diri dan dukungan sosial teman dengan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sulthan Thaha Saifuddin Jambi. *Jurnal Pendidikan : Riset Dan Konseptual*, 3(2), 99–108.
- Asih, O. R., Fahmy, R., Novrianda, D., Lucida, H., Priscilla, V., & Putri, Z. M. (2019). Cross sectional: Dukungan sosial dan resiliensi perawat. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 19(2), 421. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v19i2.674>
- Campbell, F., Blank, L., Cantrell, A., Baxter, S., Blackmore, C., & Dixon, J. (2022). Factors that influence mental health of university and college students in the UK : a systematic review. *BMC Public Health*, 1–22. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-13943-x>
- Cassidy, S. (2016). The academic resilience scale (ARS-30): A new multidimensional construct measure. *Frontiers in Psychology*, 7(1), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01787>
- Inayatul'ain, E. S. (2018). Hubungan antara dukungan keluarga dengan kecemasan menyusun skripsi mahasiswa bimbingan dan konseling Universitas Negeri Yogyakarta. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 4(1), 385–395.
- Kementerian Kesehatan RI. (2021). *Profil kesehatan Indonesia 2020*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Hasi riset kesehatan dasar (Riskesdas) 2018. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan RI.
- Maisarah, Novitayani, S., & Alfiandi, R. (2021). Tingkat depresi pada mahasiswa keperawatan yang sedang menyusun skripsi. *JIM Fkep*, 5(3), 54–59.
- Martaviani, O., Amir, Y., Hasneli, Y., Hasneli, Y., & Hasneli, Y. (2020). Perbandingan tingkat stres mahasiswa keperawatan program transfer semester I dan semester III dalam mengikuti sistem pembelajaran blok. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(1), 53–60. <https://doi.org/10.26714/jkj.8.1.2020.53-60>
- Nastiti, N. (2019). Hubungan antara dukungan sosial dan ciri kepribadian extraversion dengan self-efficacy pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi. *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 8(1), 1742–1754.
- Nihayah, A. Z. (2019). Pengolahan data penelitian menggunakan software SPSS 23.0. In *UIN Walisongo Semarang*. UIN Walisongo Semarang.

- Okvella, C. T. H., & A.Setyandari. (2022). Resiliensi akademik mahasiswa tingkat akhir program studi Bimbingan dan Konseling tahun ajaran 2021 / 2022. *Solution : Jurnal of Counseling and Personal Development*, 4(2), 18–24.
- Pratiwi, Z. R., & Kumalasari, D. (2021). Dukungan orang tua dan resiliensi akademik pada mahasiswa. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 13(2), 138–147. <https://doi.org/10.31289/analitika.v13i2.5482>
- Rahmawati, F. (2019). *Hubungan antara dukungan Sosial dengan kecemasan mahasiswa pada saat menyusun skripsi*. Universitas Semarang.
- 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>
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2017). *Health psychology : Biopsychosocial interactions (9th ed)*. John Wiley & Sons.
- Sekarini. (2021). Hubungan regulasi emosi dengan resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Ilmu Kesehatan MAKIA*, 11(1), 10–15.
- Shinta, D. (2021). *Hubungan resiliensi akademik dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa angkatan 2015 dan 2016 Fakultas Psikologi Universitas Medan Area*. Universitas Medan Area.
- Suryanto, A., & Nada, S. (2021). Analisis kesehatan mental mahasiswa perguruan tinggi pada awal terjangkitnya Covid-19 di Indonesia. *Jurnal Citizenship Virtues*, 1(2), 83–97.
- Syahrinnisa, F., Zubair, A. G. H., & Saudi, A. N. A. (2022). Dukungan sosial, optimisme, dan resiliensi akademik pada mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi. *Jurnal Psikologi Karakter*, 2(2), 186–195. <https://doi.org/10.56326/jpk.v2i2.1956>
- Trimulatsih, P. D., & Appulembang, Y. A. (2022). Dukungan sosial terhadap burnout akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi Saat pandemi. *Psychology Journal of Mental Health*, 4(1), 36–47.
- Wardhana, Y. W., & Kurniawan, A. (2018). Pengaruh sense of humor terhadap resiliensi akademik mahasiswa akhir masa studi sarjana di Universitas Airlangga. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 7, 84–96.
- Wulandari, & Kumalasari Dewi. (2022). Resiliensi akademik pada mahasiswa : Bagaimana kaitannya dengan dukungan dosen ? *Jurnal Psikologi Malahayati*, 4(1), 19–30.
- Ye, Y., Huang, X., & Liu, Y. (2021). Social support and academic burnout among university students: A moderated mediation model. *Psychology Research and Behavior Management*, 14, 335–344. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S300797>
- Zain, M. I., Radiusman, Syazali, M., Hasnawati, & Amrullah, L. W. Z. (2021). Identifikasi kesulitan mahasiswa dalam penyusunan skripsi prodi PGSD Universitas Mataram. *Tunjuk Ajar : Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan*, 4(1), 73–85.

