

HUBUNGAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DAN KEBERSYUKURAN TERHADAP RESILIENSI AKADEMIK MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

Auliyya Naural Hasna; Usmi Karyani

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah
Surakarta

Abstrak

Pada masa perkuliahan, mahasiswa akan mengalami berbagai tantangan dan kesulitan di bidang akademik, maka mahasiswa memerlukan resiliensi akademik yang tinggi untuk mencapai tujuan akademiknya. Resiliensi akademik dapat dipengaruhi berbagai hal seperti dukungan dari teman sebaya dan kebersyukuran. Tujuan pada penelitian ini yaitu untuk menguji hubungan dukungan teman sebaya dan kebersyukuran dengan resiliensi akademik mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jumlah subjek 305 mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta dari angkatan 2022 sampai 2019 dengan pengumpulan data menggunakan skala *the academic resilience scale-30*, *social provision scale*, dan skala syukur dengan menggunakan skala likert. Teknik analisis data menggunakan teknik analisis data regresi linear berganda. Hasil dari penelitian ini yaitu terdapat hubungan antara dukungan teman sebaya dan kebersyukuran dengan resiliensi akademik mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Saran teoritis yaitu dapat menggunakan teknik analisis data yang lebih rinci untuk mengkaji faktor tambahan yang berasal dari dalam dan luar pada resiliensi akademik untuk memvariasikan temuan studi selanjutnya.

Kata Kunci: Dukungan Teman Sebaya, Kebersyukuran, Resiliensi Akademik

Abstract

During the lecture period, students will experience various challenges and difficulties in the academic field, so students need high academic resilience to achieve their academic goals. Academic resilience can be influenced by various things such as support from peers and gratitude. The aim of this research is to examine the relationship between peer support and gratitude with the academic resilience of students at the Faculty of Psychology, Muhammadiyah University, Surakarta. This research used a quantitative approach with a total of 305 subjects, students from the Faculty of Psychology, Muhammadiyah University of Surakarta from the class of 2022 to 2019, with data collection using the academic resilience scale-30, social provision scale, and gratitude scale using a Likert scale. The data analysis technique uses multiple linear regression data analysis techniques. The results of this research are that there is a relationship between peer support and gratitude and the academic resilience of students at the Faculty of Psychology, Muhammadiyah University, Surakarta. The theoretical suggestion is to use more detailed data analysis techniques to examine additional factors originating from within and outside academic resilience to vary the findings of subsequent studies.

Keywords: peer support, Gratitude, Academic Resilience

1. PENDAHULUAN

Pada masa perkuliahan mahasiswa akan mengalami berbagai tantangan dan permasalahan, baik tantangan akademik maupun tantangan di luar akademik. Dalam wawancara yang dilakukan oleh Bustam et al. (2021) di Universitas Bosowa menjelaskan bahwa permasalahan yang sering kali dihadapi oleh mahasiswa yaitu penugasan beberapa laporan yang harus dikumpulkan dalam jangka waktu yang saling berdekatan, pemberian tugas yang banyak, kesulitan dalam mengatur waktu, praktikum yang terjadwal padat, penjelasan dosen dalam menyampaikan materi tidak sesuai dengan mahasiswa, asisten dosen yang bersikap keras dan sangat disiplin, selain itu juga biaya perkuliahan menjadi beban bagi beberapa mahasiswa. Situasi tersebut menjadikan mahasiswa merasa tertekan dan timbul banyak masalah. Misra dan Castillo (2004) dalam penelitiannya menemukan tantangan akademik yang dihadapi mahasiswa seperti mahasiswa dituntut untuk lebih mandiri pada berubahnya suatu sistem pendidikan di Institusi, mahasiswa dituntut oleh keluarga untuk berprestasi, mampu mengerjakan tugas dengan baik dan sesuai batas waktu, dan memperoleh IPK yang memuaskan.

Dampak dari adanya permasalahan-permasalahan yang terjadi di bangku perkuliahan yaitu mahasiswa memutuskan untuk tidak melanjutkan perkuliahan dan memilih untuk mengundurkan diri dari institusi perguruan tinggi (Pattynama et al., 2019). Mahasiswa yang memutuskan untuk mengundurkan diri merupakan masalah atau fenomena yang sering kali terjadi hampir di seluruh perguruan tinggi di Indonesia. Berdasarkan Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia mencatat bahwa di tahun 2017 terdapat sebanyak 195.176 mahasiswa tidak melanjutkan perkuliahan dan mengundurkan diri dari institusi, dan sebanyak 1.046.141 mahasiswa tetap bertahan untuk melanjutkan perkuliahan.

Ketika mahasiswa mengalami berbagai masalah dan kesulitan maka sangat perlu bagi mahasiswa untuk meningkatkan resiliensi akademik pada dirinya (Almun & Ash-Shiddiqy, 2021). Resiliensi dibutuhkan oleh mahasiswa agar mampu mengatasi permasalahan yang sedang dihadapi sehingga dapat terhindar dari distress psikologis yang akan mengakibatkan pada menurunnya performa akademik mahasiswa (Listiyandini & Akmal, 2015). Dengan adanya resiliensi akademik akan mengubah mahasiswa yang mengalami kesulitan masalah menjadi sebuah tantangan, ketidakmampuan menjadi sebuah kekuatan, putus asa menjadi keberhasilan. Dan dalam menghadapi setiap permasalahan akademik yang terjadi terdapat mahasiswa yang mampu menyelesaikannya dan terdapat juga mahasiswa yang tidak memiliki kemampuan untuk menyelesaikannya (Pattynama, 2019).

Resiliensi akademik adalah sebuah kemampuan yang individu miliki untuk mengatasi permasalahan dan situasi yang sulit pada bidang pendidikan dalam meningkatkan keberhasilan akademiknya. Maka resiliensi adalah ketahanan yang diperlukan bagi mahasiswa untuk dapat menyesuaikan diri dan menghadapi kondisi yang sulit dalam bidang akademik dan selalu berupaya untuk mengembangkan potensi yang dimiliki menjadi lebih baik (Cassidy, 2016). Aspek Resiliensi Akademik menurut Cassidy (2016) memiliki tiga aspek yaitu 1) *Perseverance* (ketekunan) yaitu berusaha untuk selalu mencari solusi dan menyelesaikan setiap permasalahan dari tantangan dan kesulitan yang dihadapi, berfokus pada pencapaian yang diharapkan, juga dapat menerima kritik dan saran yang diberikan. 2) *Reflecting and adaptive help seeking* yaitu refleksi suatu kelebihan dan kekurangan yang terdapat pada diri individu, mendapatkan metode belajar yang tepat, mendapatkan bantuan, motivasi, dan dukungan. 3) *Negative affect and emotional response* yaitu rasa cemas yang disebabkan melihat permasalahan yang dialami, dan dapat mengurangi rasa cemas tersebut dengan tidak merespon emosi negatif dan berfokus pada pemikiran yang positif.

Pianta & Walsh (1998) menemukan beberapa faktor pendukung sebagai kunci berhasilnya mahasiswa dalam melewati berbagai tahapan akademik di perguruan tinggi, yaitu faktor pendukung yang berasal dari diri individu, dari keluarga, dari institusi pendidikan, dan dari lingkungan sosial. Faktor pendukung dari lingkungan sosial meliputi dukungan yang diperoleh dari teman sebaya dan komunitas yang baik seperti komunitas keagamaan. (Giordano, 1993) menyatakan bahwa dalam mencapai akademik perkuliahan, seorang mahasiswa memerlukan dukungan teman sebaya yang memiliki kesamaan pada pola pikir, tujuan, dan latar belakang. Pengaruh adanya dukungan teman sebaya dalam tercapainya akademik mahasiswa yaitu karena mahasiswa tersebut merasa tidak sendirian dalam berjuang.

Dukungan Sosial Teman Sebaya menurut Sarafino (1994) bahwa dukungan sosial yaitu individu yang menerima bantuan dari lingkungan sosialnya, sehingga yang menerima bantuan merasa senang dan nyaman, dihargai, juga dicintai. Teman sebaya dinilai memiliki peran penting ketika individu ingin mengambil keputusan termasuk dalam menyelesaikan suatu masalah karena teman sebaya dinilai mampu untuk saling bertukar pikiran dalam mencari solusi penyelesaian masalah (Sarafino, 2011). Selanjutnya Taylor (2012) mendefinisikan dukungan teman sebaya yaitu suatu bentuk bantuan baik dari segi instrumental, informasional, maupun emosional dari teman sebaya-nya sehingga mahasiswa akan merasa diperhatikan juga dihargai.

Aspek Dukungan Sosial Teman Sebaya menurut Cutrona & Russell (1984) yaitu 1) *Attachment* (kedekatan) yaitu individu yang memiliki hubungan yang intim atau dekat dan dapat membangun rasa kenyamanan pada orang lain. 2) *Social Integration* (integrasi sosial) yaitu individu yang ingin diakui keahliannya dan mempunyai rasa memiliki dalam suatu kelompok untuk berbagi minat dan menjalani aktivitas bersama-sama. 3) *Reassurance of Worth* (adanya pengakuan) yaitu individu yang mengakui dan menghargai atas kemampuan yang dimilikinya dan berkeinginan untuk memperoleh apresiasi dari orang lain. 4) *Reliable Alliance* (keterikatan yang dapat diandalkan) yaitu individu mempunyai seseorang yang mampu diminta bantuan dan individu juga dapat memberikan bantuan kepada orang lain. 5) *Guidance* (bimbingan) yaitu individu menerima bantuan dari peran orang lain yang dipercayai dalam membimbing dirinya. 6) *Opportunity for Nurturance* (kesempatan untuk mengasuh) yaitu individu merasa orang lain membutuhkan dirinya atas dirinya sendiri.

Dari penelitian yang telah dilakukan oleh Sari (2017) di Fakultas Teknik Universitas Diponegoro, diperoleh hasil terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik, yang berarti semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya maka semakin tinggi juga resiliensi akademik mahasiswa.

Penelitian Watkins (2004) menjelaskan faktor pendukung dari resiliensi yaitu rasa memiliki tujuan. Dan syukur memiliki karakteristik salah satunya rasa memiliki tujuan seperti integritas dan optimis, sehingga dapat dikatakan syukur memiliki hubungan dengan resiliensi karena syukur mampu membantu individu dalam menghadapi kesulitan.

Kebersyukuran menurut Rusdi (2016) adalah rida dari apa yang telah Allah berikan kepada dirinya yang kemudian diekspresikan melalui perbuatan baik. Sedangkan ketiadaan ekspresi dari apa yang telah Allah berikan disebut dengan kufur. Menurut Emmons dan McCullough (2004) rasa bersyukur (*gratitude*) adalah hal-hal yang sering kali berkaitan pada kebaikan, keindahan, kemurahan hati, memperoleh pemberian, ataupun ketika memberikan sesuatu. Aspek Kebersyukuran menurut Rusdi (2016) yaitu, Syukur dengan ilmu, yaitu menerima dan rida atas nikmat yang telah Allah berikan. Syukur dengan hati, yaitu membayangkan dari nikmat yang Allah berikan. Syukur dengan lisan, yaitu memuji nikmat yang telah Allah berikan. Syukur dengan perbuatan, yaitu membalas dari apa yang telah Allah berikan.

Dari penelitian yang dilakukan oleh Utami (2020) menemukan hasil bahwa bersyukur menunjukkan memberi sumbangan pada terbentuknya resiliensi akademik mahasiswa di UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Hal tersebut didukung dari hasil yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari variabel bersyukur dan variabel

resiliensi. Bersyukur memberi sumbangan yang cukup besar pada terbentuknya resiliensi mahasiswa.

Peneliti telah melakukan survei awal pada 100 mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Surakarta. Dan mendapatkan hasil yaitu mahasiswa yang mendapatkan IPK 2,50 sampai 3,50 yaitu sebanyak 71 mahasiswa, dan mahasiswa dengan IPK 3,51 sampai 3,85 yaitu 29 mahasiswa. Dari data yang diperoleh juga menunjukkan bahwa mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Surakarta yang memiliki resiliensi akademik yang tergolong sangat rendah sebanyak 10%, resiliensi akademik rendah 40%, resiliensi akademik sedang 19%, resiliensi akademik tinggi 27%, dan resiliensi akademik sangat tinggi 4%. Pada Fakultas Psikologi, mahasiswa yang memiliki resiliensi akademik sangat rendah yaitu 6% dan mahasiswa yang memiliki resiliensi akademik rendah yaitu 19,5%. Yang berarti mahasiswa Fakultas Psikologi di Universitas Muhammadiyah Surakarta memiliki resiliensi akademik yang rendah dibandingkan dengan fakultas lain.

2. METODE

Penelitian ini dilakukan di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta untuk mengetahui hubungan dukungan teman sebaya dan kebersyukuran terhadap resiliensi akademik mahasiswa Fakultas psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Sample dalam penelitian ini dipilih berdasarkan kriteria yaitu mahasiswa aktif fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta angkatan 2022-2019. Pengambilan jumlah sample ditentukan dengan rumus Slovin, dan didapatkan 350 responden. Pengambilan sample menggunakan teknik *Purposive Sampling*, yaitu pengambilan sampel yang dilakukan dengan menetapkan kriteria tertentu. Skala yang digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian ini menggunakan tiga skala. Variabel resiliensi akademik diukur dengan skala *The Academic Resilience Scale-30* yang telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia. Skala dukungan teman sebaya diukur dengan skala *Social Provision Scale*, dan skala kebersyukuran diukur dengan skala syukur yang disusun oleh Rusdi (2016). Menurut Rusdi (2016) aspek-aspek dalam syukur meliputi meliputi al kharijiyah (eksternal) dan al dakhiliyah (internal).

Uji validitas pada penelitian ini yaitu menggunakan *expert judgement*. Penilaian pada *expert judgement* dilakukan oleh 3 rater yaitu diberikan kepada satu dosen Fakultas Psikologi UMS, dan dua Mahasiswa S2 Fakultas Psikologi UMS. Uji validitas dilakukan dengan menggunakan Microsoft Excel. Standar untuk menyatakan pernyataan yang diterima adalah $> 0,75$ dan yang tidak diterima yaitu $< 0,75$. Sehingga, hasil dari perhitungan Microsoft Excel skala resiliensi akademik dari 24 item gugur 5 item, menjadi 19 item

pernyataan. Skala dukungan teman sebaya dari 30 item gugur 6 item, maka menjadi 24 pertanyaan. Skala kebersyukuran dari 20 item gugur 3 item, maka menjadi 17 pertanyaan. Dalam uji reliabilitas instrumen apabila nilai *Cronbach Alpha* > 0.7 maka variabel tersebut dikatakan reliabel (Azwar, 2017). Skala dukungan teman sebaya memperoleh hasil *Cronbach Alpha* sebesar 0,85. Skala kebersyukuran memperoleh hasil *Cronbach Alpha* sebesar 0,78. Dan skala resiliensi akademik memperoleh hasil *Cronbach Alpha* sebesar 0,78.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data dapat diketahui bahwa nilai F hitung sebesar 31,347 dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Maka hipotesis mayor diterima yang berarti ada hubungan antara dukungan teman sebaya dan kebersyukuran terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Wood, Maltby, Gillett, Linley, dan Joseph (2008) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara bersyukur, dukungan sosial, dan depresi pada mahasiswa baru, yang mana ketika mahasiswa mempunyai rasa syukur yang tinggi membuat mahasiswa mendapatkan dukungan sosial yang tinggi juga sehingga tingkat stress dan depresi yang dimiliki akan rendah.

Hipotesis minor pertama yang menyebutkan bahwa “ada hubungan yang positif antara dukungan teman sebaya dengan resiliensi akademik” diterima. Hal ini dibuktikan dari tabel *Correlations* nilai *Pearson Correlation* (r)=0,671 dengan *Sig.* $p=0,000$ ($p<0,05$), yang menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan teman sebaya dengan resiliensi akademik. Dengan adanya hubungan yang positif antara dukungan teman sebaya dengan resiliensi akademik berarti semakin tinggi dukungan teman sebaya maka semakin tinggi juga resiliensi akademik mahasiswa fakultas psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Begitu juga sebaliknya. Semakin rendah dukungan teman sebaya maka semakin rendah juga resiliensi akademik mahasiswa fakultas psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian sebelumnya yaitu pada penelitian yang dilakukan oleh (Almun & As-Shidiqqy, 2021) yang menyatakan bahwa dukungan sosial teman sebaya berpengaruh positif terhadap resiliensi akademik di masa pandemic pada mahasiswa akhir.

Hipotesis minor kedua yang menyebutkan bahwa “ada hubungan yang positif antara kebersyukuran dengan resiliensi akademik” diterima. Hal ini dibuktikan dari tabel *Correlations* nilai *Pearson Correlation* (r) = 0,498 dengan *Sig.* $p=0,000$ ($p<0,05$), yang menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara kebersyukuran dengan resiliensi akademik. Dengan adanya hubungan yang positif

antara kebersyukuran dengan resiliensi akademik berarti semakin tinggi kebersyukuran maka semakin tinggi juga resiliensi akademik mahasiswa, begitu juga sebaliknya. Semakin rendah kebersyukuran maka semakin rendah juga resiliensi akademik mahasiswa. Hasil penelitian ini sama dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Saputra (2019) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kebersyukuran dengan resiliensi mahasiswa.

Dari hasil analisis data yang dilakukan oleh peneliti, mendapatkan hasil tingkat resiliensi akademik mahasiswa Fakultas Psikologi UMS terdiri dari lima kategori, yaitu 27 orang (9%) tergolong dalam kategori sangat rendah, sebanyak 60 orang (20%) tergolong dalam kategori rendah, sebanyak 93 orang (30%) tergolong dalam kategori sedang, sebanyak 116 orang (38%) tergolong dalam kategori tinggi, dan 9 orang (3%) tergolong dalam kategori sangat tinggi tingkat resiliensi akademiknya. Selanjutnya pada variabel dukungan teman sebaya diperoleh 18 orang (6%) tergolong dalam kategori sangat rendah, sebanyak 63 orang (21%) tergolong dalam kategori rendah, sebanyak 108 orang (35%) tergolong dalam kategori sedang, sebanyak 110 orang (36%) tergolong dalam kategori tinggi, dan sebanyak 6 orang (2%) tergolong dalam kategori sangat tinggi tingkat dukungan teman sebaya-nya. Dan pada variabel kebersyukuran diperoleh 19 orang (6%) tergolong dalam kategori sangat rendah, sebanyak 66 orang (22%) tergolong dalam kategori rendah, sebanyak 127 orang (42%) tergolong dalam kategori sedang, sebanyak 79 orang (26%) tergolong dalam kategori tinggi, dan sebanyak 14 orang (5%) tergolong dalam kategori sangat tinggi tingkat keberyukuranya.

Sumbangan efektif diketahui berdasarkan koefisien R^2 (R square) = 0,520 (52%). Hal ini membuktikan bahwa kontribusi variabel dukungan teman sebaya dan kebersyukuran terhadap variabel resiliensi akademik pada penelitian ini sebesar 52%. Kontribusi pada variabel dukungan teman sebaya yaitu sebesar 37,7% dan kontribusi pada variabel kebersyukuran sebesar 14,1%, sedangkan 48% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain diluar variabel dukungan teman sebaya dan kebersyukuran.

4. PENUTUP

Dari penelitian yang telah dilaksanakan ini memperoleh tiga hipotesis yang dapat diterima. Pertama yaitu hipotesis mayor, yang mana hipotesis mayor pada penelitian ini yaitu terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan teman sebaya dan kebersyukuran terhadap resiliensi akademik mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Kedua yaitu hipotesis minor pertama, hipotesis minor pertama dalam penelitian ini yaitu adanya hubungan antara dukungan teman sebaya dan resiliensi akademik

mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Dan yang ketiga hipotesis minor kedua, hipotesis minor kedua dalam penelitian ini yaitu adanya hubungan antara kebersyukuran dan resiliensi akademik mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan, mendapatkan sumbangan efektif dari variabel dukungan teman sebaya dan kebersyukuran terhadap resiliensi akademik mahasiswa sebesar R^2 (R square) = 0,520 (52%). Dengan kontribusi pada variabel dukungan teman sebaya yaitu sebesar 37,7% dan kontribusi pada variabel kebersyukuran sebesar 14,1%, dan kontribusi pada variabel kebersyukuran sebesar 14,1%, sedangkan 48% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain diluar variabel dukungan teman sebaya dan kebersyukuran. Pada penelitian ini maka dapat disimpulkan bahwa variabel dukungan teman sebaya memberikan kontribusi paling kuat dibandingkan dengan variabel kebersyukuran terhadap resiliensi akademik mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Saran praktis untuk mahasiswa dalam meningkatkan resiliensi akademik yaitu mahasiswa dapat menjadikan situasi sulit sebagai sebuah motivasi untuk terus bertahan dalam mencapai tujuan akademik.

Mahasiswa juga dapat memperoleh bantuan dari teman sebaya seperti dukungan motivasi dan perhatian, dan dapat melatih rasa syukur kepada Allah dengan menuliskan hal-hal setiap harinya yang dapat disyukuri beserta alasannya. Saran untuk peneliti selanjutnya yaitu penyebaran kuesioner dapat dilakukan dengan pengawasan secara langsung sehingga meminimalisir terjadinya *bias*. Saran untuk perguruan tinggi khususnya Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yaitu dapat mendorong mahasiswa memiliki resiliensi akademik yang baik dengan memberikan motivasi dan masukan kepada mahasiswa melalui seminar.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, M. R. (2015). Metode penelitian kuantitatif.
- Amelasasih, P., Aditama, S., & Wijaya, M. R. (2019, July). Resiliensi akademik dan subjective well-being pada mahasiswa. In *Proceeding National Conference Psikologi UMG 2018* (Vol. 1, No. 1, pp. 161-167).
- Almun, I., & Ash-Shiddiqy, A. R. (2021). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Resiliensi Akademik di Masa Pandemi pada Mahasiswa Akhir Prodi X Universitas di Jakarta. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling*, *10*(2), 136-140.
- Azwar, S. (2017). Reliabilitas dan Validitas. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Bustam, Z., & Radde, H. A. (2021). Sense of humor, self-compassion, dan resiliensi akademik pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Karakter*, *1*(1), 17-25.
- Brown, B.B., & Larson, J. (2009). Peer relationships in adolescents. In R.M.L. Steinberg (Ed.), *Handbook of adolescent psychology: Contextual influences on adolescent development* (vol. 2, 3rd ed., pp. 74–103). John Wiley & Sons

- Cahyani, Y. E., & Akmal, S. Z. (2017). Peranan spiritualitas terhadap resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 2(1), 32-41.
- Cassidy, S. (2016). The Academic Resilience Scale (ARS-30): A new multidimensional construct measure. *Frontiers in Psychology*, 7(NOV). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01787>
- Candrakanti, K. Q. (2023). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.
- Emmons R.A., & McCullough M.E. (2004). *The psychology of gratitude*. Oxford University Press
- Saputra, A. D., Fauziah, F. N., & Suwandi, S. (2022). Pemanfaatan materi ajar bahasa Indonesia bermuatan kearifan lokal di SMA Negeri 1 Karanganyar. *KEMBARA: Jurnal Keilmuan Bahasa, Sastra, dan Pengajarannya*, 8(2), 335-348.
- Ghozali, Imam. 2018. *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 25 Edisi 9*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro
- Giordano, P.C., Cernkovich, S.A. & DeMaris, A. (1993). The family and peer relations of black adolescents. *Journal of Marriage and the Family*, 55(2), 277-287
- Hendriani, W. (2017). Adaptasi positif pada resiliensi akademik mahasiswa doktoral. *Humanitas*, 14(2), 139.
- Hendriani, W. (2018). *Resiliensi Psikologis: Sebuah Pengantar*. Prenadamedia Group
- Holiday, M., & McPhearson, R. (1996). Standardization of APPIC predoctoral psychology internship application forms. *Professional Psychology: Research and Practice*, 27(5), 508.
- Jenira, S. (2019). Hubungan Dukungan Teman Sebaya Dengan Komitmen Menyelesaikan Studi Pada Mahasiswa Semester Akhir. *Psikoborneo. Vol*, 7(2), 274-283.
- Kartika, Paundra Permata Sari dan Indrawati, Endang Sri. 2016. Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Jurusan X Fakultas Teknik Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati Vol. 5(2)*. 177-182
- Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia. (2017). *Statistik Pendidikan Tinggi*. Jakarta: Pusdatin Iptek Dikti, Setjen, kemenristekdikti.
- Kendra, J. and Wachtendorf, T. (2003). Elements of resilience after the world trade center disaster: Reconstituting new york city's emergency operations centre. *Disasters*, 27(1),37-53.
- Kumalasari, D., & Luthfiyanni, N. A. (2020). Analisis Faktor Adaptasi Instrumen Resiliensi Akademik Versi Indonesia : Pendekatan Eksploratori dan Konfirmatori. *Jurnal Penelitian Dan Pengukuran*, 9, 84-95
- Kumalasari, D., & Akmal, S. Z. (2020). Resiliensi akademik dan kepuasan belajar daring di masa pandemi COVID-19: Peran mediasi kesiapan belajar daring. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 9(2), 353-368.
- Kusumastuti, W., Setyorini, N., & Laksono, R. A. (2017). Makna kebersyukuran berdasarkan kajian psikologis dan kajian tafsir Al-Misbah. *Seminar Nasional, Bahasa, Sastra, dan Budaya*, 1 (1), 281-287.
- Listiyandini, R. A., & Akmal, S. Z. (2015). Hubungan antara kekuatan karakter dan resiliensi pada mahasiswa. *Prosiding Temu Ilmiah Nasional Fakultas Psikologi Universitas Pancasila*.
- Marcinkus, W. C., Whelan-Berry, K. S., & Gordon, J. R. (2007). The relationship of social support to the work-family balance and work outcomes of midlife women. *Women in management Review*, 22(2), 86-111.
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J.-A. (2002). The grateful disposition: A

- conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1), 112–127
- Okvella, C. T., & Setyandari, A. (2022). Resiliensi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Bimbingan dan Konseling Tahun Ajaran 2021/2022. *Solution: Journal of Counselling and Personal Development*, 5(2), 18-24.
- Pattynama, P. C., Sahrani, R., & Heng, P. H. (2019). Peran regulasi diri dalam belajar dan keterlibatan akademik terhadap intensi mengundurkan diri dengan resiliensi sebagai mediator. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 3(2), 307-317.
- Pianta, R. C., & Walsh. D. J., (1998). Applying the construct of resilience in schools: Cautions from a developmental systems perspective. *School Psychology Review*, 17(3), 407-417
- Pratiwi, Z. R., & Kumalasari, D. (2021). Dukungan Orang Tua dan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa The Parental Support and Academic Resilience among Undergraduate Students. 13(2), 138–147
- Rachmadi, A. G., Safitri, N., & Aini, T. Q. (2019). Kebersyukuran: Studi komparasi perspektif psikologi barat dan psikologi Islam. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 24(2), 115–128.
- Rojas, L. F. (2015). Factors affecting academic resilience in middle school students: A case study. *Gist: Education and Learning Research Journal*, (11), 63-78.
- Rusdi, A. (2016). Syukur dalam psikologi islam dan konstruksi alat ukurnya. *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi: Kajian Empiris & Non-Empiris*, 2(2), 37-54.
- Saputra, D. A., & Fauziah, N. (2019). *Hubungan antara kebersyukuran dengan resiliensi pada mahasiswa bidikmisi fakultas ekonomika dan bisnis Universitas Diponegoro* (Doctoral dissertation, UNDIP).
- Saputro, Y. A., & Sugiarti, R. (2021). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya dan konsep diri terhadap penyesuaian diri pada siswa SMA kelas X. *Philanthropy: Journal of Psychology*, 5(1), 59-72.
- Sarafino, E. P. (2006). *Health Psychology: Biopsychosocial Interaction* Edition. New York: McGraw-Hill Inc
- Sarafino, E. P., & Smith. T.W. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial interactions* 7th Edition. USA: The College of New Jersey
- Sarafino. (1994). *Health Psychology: Biopsychosocial Interaction*. (2nd Ed). Kanada : John Wiley & Sons.
- Sari, P. K. P., & Indrawati, E. S. (2017). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir jurusan x fakultas teknik universitas diponegoro. *Jurnal Empati*, 5(2), 177-182.
- Satria, J., Listiyandini, R. A., Rahmatika, R., & Kinanthi, M. R. (2019). Pelatihan kebersyukuran untuk meningkatkan emosi positif. *Jurnal ABDI: Media Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 59-65.
- Sholichah, I. F., Paulana, A. N., & Fitriya, P. (2018). Self-Esteem Dan Resiliensi Akademik Mahasiswa. *Proceeding National Conference Psikologi UMG 2018*.
- Sugiyono, (2011). *Metode Penelitian Bisnis*. Bandung: CV.Alfabeta.
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : ALFABETA.
- Sugiyono. 2017. *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Taylor, S. E. (2012). *Health psychology* (8th Ed.). New York: Mc Graw-Hill
- Tumanggor, R. O., & Dariyo, A. (2015). Pengaruh iklim kelas terhadap resiliensi akademik, mastery goal orientation dan prestasi belajar. In *Seminar Psikologi & Kemanusiaan* (pp. 262-268).
- Utami, L. H. (2020). Bersyukur dan resiliensi akademik mahasiswa. *Nathiqiyah*, 3(1), 1-21

- Wilis, S. S. (2005). *Remaja & Masalahnya*. Bandung : Alfabet
- Wijayanti, S., Rahmatika, R., & Listiyandini, R. A. (2020). Kontribusi kebersyukuran dalam peningkatan kualitas hidup kesehatan pada remaja di panti asuhan. *Psycho Idea*, 18(1), 33-44.
- Wood, A. M., Joseph, S., & Linley, P. A. (2007). Coping Style As A Psychological Resource Of Grateful People. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 26, 1108–1125.
- Wood, A.M., Maltby, J., Gillet, R., Linley, P.A., & Joseph,S. (2008). The Role of Gratitude inteh Development of Social Support, Stress, and Depression : Two Longitudinal Studies. *Journal of Research in Personality*, 42(2), 854-871
- Wood, A. M., Froh, J. J., & Geraghty, A. W. A. (2010). Gratitude and well-being: a review and theoretical integration. *Clinical Psychology Review*, 30(7), 890–90.

