

HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN RESILIENSI AKADEMIK MAHASISWA SEMESTER AKHIR UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

Alfina Putri Rahmawati; Achmad Dwityanto

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Abstrak

Mahasiswa memiliki tanggung jawab untuk berkembang dalam setiap tahap kehidupan. Seringkali mereka menghadapi hambatan, kesulitan, atau kekurangan. Berbagai faktor dapat mempengaruhi resiliensi akademik, seperti efikasi diri dan dukungan sosial. Penelitian ini dilakukan dengan metode kuantitatif yang melibatkan 150 mahasiswa semester akhir di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala efikasi diri, dukungan sosial, dan skala resiliensi akademik. Partisipan ditentukan menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria mahasiswa semester akhir yang sedang mengerjakan skripsi. Analisis data menggunakan analisis regresi berganda menemukan bahwa terdapat hubungan sangat signifikan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan resiliensi akademik $R = 0,526$ dengan signifikansi = 0,000 ($p < 0,01$). Terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan resiliensi akademik mahasiswa $r = 0,474$ dengan signifikansi = 0,000 ($p < 0,01$). Terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan resiliensi akademik mahasiswa $r = 0,499$ dengan signifikansi = 0,000 ($p < 0,01$). Sumbangan efektif variabel efikasi diri dan dukungan sosial terhadap resiliensi akademik sebesar 32,4%, dengan rincian dukungan sosial berpengaruh sebesar 17,71% dan efikasi diri sebesar 14,65%. Sisanya sebesar 67,64% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Untuk meningkatkan resiliensi akademik, efikasi diri dan dukungan sosial perlu ditingkatkan.

Kata Kunci: Efikasi Diri, Dukungan Sosial, Resiliensi Akademik, Mahasiswa Akhir

Abstract

Students have a responsibility to develop in every stage of life. Often they face obstacles, difficulties, or deficiencies. Various factors can affect academic resilience, such as self-efficacy and social support. This study was conducted using a quantitative method involving 150 final semester students at the Faculty of Psychology, Muhammadiyah University of Surakarta. The instruments used in this study were the self-efficacy scale, social support, and academic resilience scale. Participants were determined using a purposive sampling technique with the criteria of final semester students who were working on their thesis. Data analysis using multiple regression analysis found that there was a very significant relationship between self-efficacy and social support with academic resilience $R = 0.526$ with significance = 0.000 ($p < 0.01$). There was a very significant positive relationship between self-efficacy and academic resilience of students $r = 0.474$ with significance = 0.000 ($p < 0.01$). There is a very significant positive relationship between social support and students' academic resilience $r = 0.499$ with significance = 0.000 ($p < 0.01$). The effective contribution of self-efficacy and social support variables to academic resilience is 32.4%, with details of social support influencing 17.71% and self-efficacy influencing 14.65%. The remaining 67.64% is influenced by other factors not examined in this study. To improve academic resilience, self-efficacy and social support need to be improved.

Keywords: Self-Efficacy, Social Support, Academic Resilience, Final-Year Students

1. PENDAHULUAN

Orang yang sedang belajar dan melanjutkan pendidikan tinggi di universitas dikenal sebagai mahasiswa. Setiap semester, mereka pasti akan menghadapi banyak tantangan dan tekanan akademik (Anggi Eka Putri et al., 2018). Mahasiswa memiliki tanggung jawab untuk berkembang dalam setiap tahap kehidupan. Seringkali mahasiswa menghadapi hambatan, kesulitan, kesulitan, atau kekurangannya. Kesulitan menuntut orang untuk mampu bangkit kembali dari kemunduran, bertahan di bawah tekanan, dan menyesuaikan diri secara positif terhadap situasi (Maharani Dewi et al., 2021). Dalam kegiatan belajar mahasiswa diharapkan dapat memenuhi tuntutan akademik dengan baik. Semua tugas, laporan, dan ujian akhir yang diberikan kepada mahasiswa dan diharapkan diselesaikan dengan baik dan menghasilkan prestasi akademik yang baik. Seringkali mahasiswa khawatir tentang kemampuan mereka untuk mengatasi beban akademik yang diberikan. Sementara beberapa mahasiswa dapat keluar dari situasi yang tidak menyenangkan, ada juga yang tidak dapat. Untuk menghindari penurunan prestasi akademik akibat tekanan akademik, mahasiswa membutuhkan elemen ketahanan (Irawan et al., 2022). Berdasarkan penelitian (Afifah et al., 2022) self-efficacy akademik akan memberikan pengaruh terhadap resiliensi akademik secara signifikan. Kontribusi self-efficacy akademik terhadap resiliensi akademik sebesar 60,2%, di mana self-efficacy akademik berpengaruh positif terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa. Maka, semakin tinggi tingkat self-efficacy akademik pada mahasiswa, maka tingkat resiliensi akademiknya juga akan semakin tinggi, begitu juga sebaliknya. Penelitian yang sudah dilakukan (Said et al., 2021), bahwasannya indeks korelasi sebesar 0.469 dengan nilai signifikan 0.000 ($p < 0.05$). Dengan hasil perhitungan membuktikan bahwa kedua variabel mempunyai hubungan dan hubungan tersebut bersifat positif. Menurut hasil wawancara yang dilakukan kepada mahasiswa semester akhir fakultas psikologi UMS pada tanggal 21 Januari 2024, bahwa resiliensi akademik mahasiswa semester akhir banyak yang mengalami hambatan atau kesulitan, penuh tekanan, dan tantangan selama menyelesaikan skripsi. Berlandaskan dari fenomena di atas diketahui bahwa resiliensi akademik mahasiswa semester akhir rendah.

Resiliensi akademik adalah kemampuan seorang diri untuk menghadapi tekanan, hambatan, dan tantangan dalam mengejar akademiknya (Marsh & Martin, 2003). Resiliensi akademik juga diartikan sebagai kemampuan untuk meningkatkan keberhasilan dalam pendidikan meskipun mengalami kesulitan yang signifikan (Cassidy, 2016). Resiliensi akademik adalah kesuksesan individu itu sendiri dalam hal pendidikan yang bisa dilihat dari resiliensi akademiknya, karena hal tersebut sebagai pemicu individu untuk menggunakan kemampuan internal dan eksternal dalam menghadapi hal-hal yang bisa terjadi dalam lingkup akademik (Masten & Coatsworth, 1998). Resiliensi akademik adalah kemampuan mahasiswa untuk beradaptasi, merespons secara positif, dan mencapai hasil yang positif ketika menghadapi tantangan yang mengancam kinerja akademik yang baik serta pertumbuhan dan

perkembangan pribadi dan sosial yang sehat (Muryono, 2022). Resiliensi akademik memiliki beberapa aspek yakni sebagai berikut : a) Ketekunan (Perseverance), b) Mencari bantuan adaptif (reflecting and adaptive help-seeking), c) Pengaruh negatif dan respon emosional (negative affect and emotional response). Kemudian, terdapat beberapa faktor dari resiliensi akademik menurut Reivich dan Shatte (2002) yaitu : a) Regulasi emosi (Emotion Regulation), b) Pengendalian Impuls (Impuls Control), c) Optimisme, d) Analisis penyebab masalah (Casual Analysis), e) Empati, f) Efikasi diri (self efficacy), g) Menjangkau keluar (Reaching out). Self Efficacy atau efikasi diri adalah keyakinan diri bahwa seseorang dapat menyelesaikan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan tertentu (Bandura, 1997). Self efficacy merupakan suatu harapan seseorang tentang keyakinannya sejauh mana seseorang akan cenderung melakukan suatu perilaku dalam situasi tertentu. Seseorang dengan efikasi diri positif akan yakin akan kemampuannya dalam melakukan suatu perilaku tertentu, sedangkan seseorang dengan efikasi diri negatif akan enggan untuk mencoba perilaku tersebut (Friedman & Schustak, 1999). Self Efficacy merupakan penilaian diri apakah mampu melakukan tindakan baik atau buruk, bisa atau tidak bisa, mampu melakukan sesuatu sesuai permintaan yang diberikan (Nabilah et al., 2023). Self efficacy memiliki beberapa aspek antara lain: a) Tingkat kesulitan tugas (Mangitude), b) Generalisasi (Generality), c) Kekuatan (Strenght). Kemudian terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi self efficacy yaitu : a) pengalaman menguasai sesuatu (Mastery Experience), b) pengalaman virkarius (Vicarious Experience), c) persuasi social (psocial), d) keadaan emosional dan fisik (arousca).

Menurut House (1987), dukungan sosial adalah segala jenis hubungan interpersonal yang melibatkan pemberian perhatian kepada seseorang, menilai kebutuhannya, menawarkan bantuan, menunjukkan penghargaan, memberikan dukungan emosional, dan memberi mereka informasi yang dipelajari melalui interaksi sosial dengan orang lain, mereka memperoleh keterampilan baru di lingkungan. Sarafino (1990) mendefinisikan dukungan sosial sebagai penghiburan, pengakuan, penghargaan, atau bantuan yang diberikan orang lain kepada seseorang yang sedang melalui masa sulit. Individu yang menerima dukungan cenderung merasa bahwa orang lain atau kelompok lain mencintai, menghargai, dan peduli terhadap dirinya. Menurut Gottlieb (1987), dukungan sosial adalah suatu hubungan di mana orang-orang berinteraksi dan berbagi emosi. Biasanya, hubungan ini melibatkan nasihat verbal dan nonverbal, tindakan, dan bantuan timbal balik. Dukungan sosial terdapat 5 aspek menurut House (1987) antara lain : a) dukungan emosional (emotional support), b) dukungan informasi (informational support), c) dukungan penghargaan (appraisal support), d) dukungan instrumental (instrumental support), e) dukungan dari kelompok social (network support). Faktor yang mempengaruhi dukungan sosial menurut Sarafino (1990) yaitu : a) penerima dukungan (Recipients), b) pemberi dukungan (Providers), c) struktur jaringan sosial dan komposisi.

Berlandaskan uraian yang sudah dipaparkan peneliti mengakat rumusan masalah yaitu apakah terdapat hubungan antara self efficacy dan dukungan sosial dengan resiliensi akademik pada mahasiswa semester akhir fakultas psikoLogi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara self efficacy dan Dukungan Sosial dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa Semester Akhir Fakultas PsikoLogi Universitas Muahmmadiyah Surakarta. Manfaat teoritis dalam penelitian ini yaitu mampu memberikan dan menambah wawasan serta pengetahuan, terutama yang berkaitan tentang self Efficacy, Dukungan Sosial, dan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Sedangkan untuk manfaat praktisnya adalah diharapkan dapat memberikan gambaran umum pentingnya self efficacy dan Dukungan sosial dengan resiliensi akademik sehingga mahasiswa dapat lebih baik dalam bersikap dan mengatasi masalah akademik agar terhindar dari perasaan negatif atau kegagalan dalam akademiknya

2. METODE

Variabel pada penelitian ini, 2 variabel predictor dan 1 variabel kriterium yakni Self Efficacy, Dukungan Sosial, Resiliensi Akademik. Self Efficacy (X1) Dukungan Sosial (X2) sebagai variabel prediktor, sedangkan Resiliensi kademik (Y) sebagai variabel kriterium. Populasi penelitian yang dipilih untuk penelitian ini adalah Mahasiswa semester akhir Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Sempel yang dipilih adalah 150 Mahasiswa semester akhir Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Teknik sampel yang dipergunakan adalah purposive sampling. Sugiyono (2018) berpendapat bahwa purposive sampling yaitu pengumpulan sampel dengan acak dalam menentukan jumlah sampel yang akan digunakan berlandaskan aspek – aspek tertentu sesuai dengan kriteria yang di inginkan dalam Teknik yang digunakan untuk analisis data adalah analisis regresi berganda.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Data Subjek

Kriteria		Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin	Laki-Laki	15	10%
	Perempuan	135	90%
		150	100%
Umur	21	28	18.67%
	22	81	54.00%
	23	41	27.33%
		150	100%

Responden dalam penelitian ini terdiri dari 150 mahasiswa semester akhir dari Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

Variable	N	Sig (2 -tailed)	Keterangan
Self Efficacy, Dukungan Sosial dan Resiliensi Akademik	150	0.867	Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas, variabel Self Efficacy, Dukungan Sosial dan Resiliensi Akademik menunjukkan nilai Kolmogorov-Smirnov dengan signifikansi sebesar 0,867 ($p > 0,05$). Hal ini menandakan bahwa data untuk variabel Dukungan Sosial dan Resiliensi Akademik didapati memiliki distribusi yang normal.

Tabel 3. Uji Linearitas

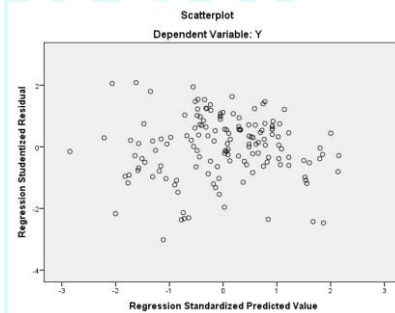
No.	Variabel	Linierity		Keterangan
		F	Sig.	
1.	Self Efficacy dan Resiliensi Akademik	0,763	0,833	Linear
2.	Dukungan Sosial dan Resiliensi Akademik	1,277	0,204	Linear

Hasil uji linearitas menunjukkan bahwa untuk hubungan antara variabel Self Efficacy dan Resiliensi Akademik, nilai signifikansi sebesar 0,833 ($p > 0,05$), yang menunjukkan bahwa hubungan keduanya bersifat linier. Begitu juga, pada analisis hubungan antara variabel Dukungan Sosial dan Resiliensi Akademik, nilai signifikansi diperoleh sebesar 0,204 ($p > 0,05$), menunjukkan bahwa hubungan antara keduanya juga bersifat linier.

Tabel 4. Uji Multikolinearitas

Variabel	Collinearity Statistics		Keterangan
	Tolerance	VIF	
Self Efficacy	0,784	1,275	Tidak terjadi multikolinearitas
Dukungan Sosial	0,784	1,275	Tidak terjadi multikolinearitas

Berdasarkan hasil uji multikolinieritas untuk variabel Self-Efficacy (X1) dan Dukungan Sosial (X2) adalah 0,784, yang melebihi nilai cutoff 0,1. Selain itu, nilai VIF untuk kedua variabel tersebut adalah 1,275, yang juga lebih kecil dari batas 10,00. Maka, berdasarkan kriteria pengambilan keputusan dalam uji multikolinieritas, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat gejala multikolinieritas dalam model regresi yang digunakan.



Gambar 1. Uji Heteroskedastisitas

Terlihat bahwa grafik scatterplot menunjukkan karakteristik yang menunjukkan tidak adanya heteroskedastisitas pada model regresi penelitian ini.

Tabel 5. Uji Hipotesis Mayor

ANOVA^a

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	4829.862	2	2414.931	33.925	.000 ^b
Residual	10464.112	147	71.184		
Total	15293.973	149			

a. Dependent Variable: Y

b. Predictors: (Constant), X2, X1

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.562 ^a	.316	.306	8.43709

a. Predictors: (Constant), X2, X1

b. Dependent Variable: Y

Berdasarkan hasil perhitungan pada tabel diatas, hipotesis mayor diperoleh hasil korelasi R yang diperoleh sebesar 0.569 dengan sig = 0,000 ($P < 0.01$). sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara Self Efficacy dan Dukungan Sosial dengan resiliensi Akademik.

Dengan demikian, hipotesis mayor pada penelitian ini diterima. R square memperoleh nilai sebesar 0,569, yang berarti kedua variabel bebas, yaitu Self Efficacy (X1) dan Dukungan Sosial (X2), memiliki pengaruh sebesar 56,9% terhadap Resiliensi Akademik (Y), sedangkan sisanya 44.1% disebabkan oleh variabel lainnya.

Tabel 6. Uji Hipotesis Minor

Variable	n	r	Sig two tailed	Keterangan
Self-Efficacy (X1) terhadap Resiliensi Akademik (Y)	150	0.474	0,000	Sangat Hipotesis Signifikan diterima
Dukungan Sosial (X2) terhadap Resiliensi Akademik (Y)	150	0.499	0,000	Sangat Hipotesis Signifikan diterima

Berdasarkan hasil analisis korelasi antara variabel Self Efficacy (X1) dengan Resiliensi Akademik (Y) dalam penelitian ini, diperoleh hasil korelasi = 0,474 dan dengan sig (2-Tailed) sebesar $p = 0,000$ (Sig 1-tailed $< 0,01$), yang berarti terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara Self Efficacy dengan Resiliensi Akademik. Dengan demikian, hipotesis minor pertama pada penelitian ini diterima. Apabila Self Efficacy tinggi, maka Resiliensi Akademik akan meningkat. Sebaliknya, apabila Self Efficacy rendah, maka Resiliensi Akademik akan rendah. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Prawitasari & Antika (2022) dengan judul “Pengaruh Self-Efficacy Terhadap Resiliensi Akademik Siswa” yang menunjukkan bahwa efikasi diri berpengaruh terhadap resiliensi akademik dengan koefisien determinasi ($R^2 = 0,549$, $\rho < 0,05$). Artinya efikasi diri memberikan kontribusi terhadap resiliensi akademik sebesar 54,9%, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lainnya.

Berdasarkan hasil analisis korelasi antara variabel Dukungan Sosial (X2) dengan Resiliensi Akademik (Y) dalam penelitian ini, diperoleh hasil korelasi = 0,499 dan dengan sig (2-Tailed) sebesar $P = 0,000$ (Sig 1-tailed $< 0,01$), yang berarti terdapat hubungan Positif yang sangat signifikan antara Dukungan Sosial dengan Resiliensi Akademik. Dengan demikian, hipotesis minor kedua pada penelitian ini diterima. Apabila Dukungan Sosial tinggi, maka Resiliensi Akademik akan meningkat. Sebaliknya, apabila Dukungan Sosial rendah, maka Resiliensi Akademik akan rendah pula. Sebagaimana penelitian yang pernah dilakukan oleh Almun & Shiddiqy (2021) dengan judul “Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Resiliensi Akademik Di Masa Pandemi Pada Mahasiswa Akhir Prodi X Universitas Di Jakarta” menyatakan adanya hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik sebesar 25,7%.

Tabel 7. Sumbangan Efektif

Variabel	Koefisien korelasi (beta)	Koefisien R Square (R)	SE regresi
Self-Efficacy	0.309	0.474	14.65%
Dukungan Sosial	0.355	0.499	17.71%
			0.324

Berdasarkan data diatas diketahui sumbangan efektif variabel antara Self-Efficacy dan Dukungan Sosial terhadap Resiliensi Akademik sebesar R square = 32,4%. Pada kolom R square menunjukan 32,4% yang berarti kedua variabel bebas berpengaruh 32,4% terhadap variabel terikat dengan dengan rincian Dukungan Sosial berpengaruh lebih besar yaitu 17.71% dan Self Efficacy mempengaruhi 14.65% Sedangkan 67.64% dipengaruhi faktor lain yang tidak terdapat pada penelitian ini.

Tabel 8. Kategorisasi Resiliensi Akademik (Y),

Interval	Rerata Empirik	Rerata Hipotetik	Kriteria	Frequency	Percent
$X < 120$			Sangat Rendah	15	10.0%
$120 < X \leq 134$			Rendah	27	18.0%
$134 < X \leq 148$	85,91	83,1	Sedang	52	34.7%
$148 < X \leq 162$			Tinggi	53	35.3%
$162 \leq X$			Sangat Tinggi	3	2.0%
Total				150	100.0%

Berdasarkan data di atas, disimpulkan bahwa tingkat Resiliensi Akademik pada Mahasiswa Akhir dengan mean empiris (RE) 85,92 serta rerata hipotetik (RH) 83,1 tergolong sedang dengan persentase 35,4%. Dari data tersebut dijelaskan bahwa 10,2% Mahasiswa Akhir dengan tingkat Resiliensi Akademik sangat rendah, 18,4% dengan tingkat Resiliensi Akademik rendah, 35,4% dengan tingkat Resiliensi Akademik sedang, 34,0% dengan tingkat Resiliensi Akademik tinggi, dan 2,0% dengan tingkat Resiliensi Akademik sangat tinggi.

Tabel 9. Kategorisasi Self Efficacy (X1)

Interval	Rerata Empirik	Rerata Hipotetik	Kriteria	Frequency	Percent
$X < 81$			Sangat Rendah	14	9.3%
$81 < X \leq 95$		95,5	Rendah	29	19.3%
$95 < X \leq 109$	98,28		Sedang	59	39.3%
$109 < X \leq 123$			Tinggi	42	28.0%
$123 \leq X$			Sangat Tinggi	6	4.0%
Total				150	100.0%

Berdasarkan data di atas, disimpulkan bahwa tingkat self-efficacy pada Mahasiswa Akhir dengan mean empiris (RE) 98,28 serta rerata hipotetik (RH) 95,5 tergolong sedang dengan persentase 40,1%. Dari data tersebut dijelaskan bahwa 9,5% Mahasiswa Akhir dengan tingkat self-efficacy sangat rendah, 19,7% dengan tingkat self-efficacy rendah, 40,1% dengan tingkat self-efficacy sedang, 26,5% dengan tingkat self-efficacy tinggi, dan 4,1% dengan tingkat self-efficacy sangat tinggi.

Tabel 10. Kategorisasi Dukungan Sosial (X2)

Interval	Rerata Empirik	Rerata Hipotetik	Kriteria	Frequency	Percent
$X < 55$			Sangat Rendah	9	6.0%
$55 < X \leq 69$		71,9	Rendah	42	28.0%
$69 < X \leq 83$	75,32		Sedang	43	28.7%
$83 < X \leq 97$			Tinggi	49	32.7%
$97 \leq X$			Sangat Tinggi	7	4.7%
Total				150	100.0%

Berdasarkan data di atas, disimpulkan bahwa tingkat dukungan sosial pada Mahasiswa Akhir dengan mean empiris (RE) 75,32 serta rerata hipotetik (RH) 71,9 tergolong sedang dengan persentase 29,3%. Dari data tersebut dijelaskan bahwa 6,1% Mahasiswa Akhir dengan tingkat dukungan sosial sangat rendah, 26,5% dengan tingkat dukungan sosial rendah, 29,3% dengan tingkat dukungan sosial sedang, 33,3% dengan tingkat dukungan sosial tinggi, dan 4,8% dengan tingkat dukungan sosial sangat tinggi.

4. PENUTUP

Kesimpulan dari hasil penelitian ini, bahwa hipotesis mayor dan hipotesis minor penelitian ini diterima, hipotesis mayor peneliti yaitu adanya hubungan yang sangat signifikan antara Self Efficacy dan Dukungan Sosial dengan Resiliensi Akademik, kemudian hipotesis minor pertama yaitu adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara Self Efficacy dan Dukungan Sosial dengan Resiliensi Akademik, kemudian yang terakhir hipotesis minor kedua yaitu adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara Dukungan Sosial dengan Resiliensi Akademik. Berdasarkan analisis data bahwa sumbangan efektif Self Efficacy dan Dukungan Sosial berkorelasi dengan Resiliensi Akademik sebesar menunjukkan 32,4% yang berarti kedua variabel bebas berpengaruh 32,4% terhadap variabel terikat dengan dengan rincian Dukungan Sosial berpengaruh lebih besar yaitu 17,71% % dan Self Efficacy mempengaruhi 14,65%. Sedangkan 67,64% dipengaruhi faktor lain yang tidak terdapat pada penelitian ini. Dalam penelitian ini bisa diambil kesimpulan bahwasanya variabel Dukungan Sosial mempunyai hubungan lebih besar dari aspek Self Efficacy dengan variabel Resiliensi Akademik.

Saran peneliti untuk mahasiswa akhir diharapkan agar meningkatkan efikasi diri, dukungan sosial agar dapat meningkatkan resiliensi akademik. Bagi instansi dapat meningkatkan kesejahteraan dan keberhasilan akademik mahasiswa dengan berbagai inisiatif. Pertama, menyediakan pelatihan keterampilan dan program mentoring untuk meningkatkan eikasi diri. Kedua, memperkuat dukungan sosial melalui pembentukan komunitas, layanan konseling, dan program peer support. Ketiga, membantu mahasiswa mengembangkan resiliensi akademik dengan menyediakan workshop manajemen stres, menawarkan fleksibilitas akademik, dan memberikan bimbingan akademik proaktif. Terakhir, Saran untuk penelitian selanjutnya disarankan untuk mempertimbangkan penggabungan variabel lain yang dapat mempengaruhi resiliensi akademik seperti regulasi emosi, *optimisme*, *self esteem*, spiritualitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, N., Arifiana, & Yul, I. (2023). *Resiliensi akademik pada mahasiswa perantau : Bagaimana peranan dukungan sosial teman sebaya ? Pendahuluan*. 3(3), 451–459.
- Afifah, N., Purna, R. S., & Sari, L. (2022). Peran *Self-Efficacy* Akademik terhadap Resiliensi Akademik pada Mahasiswa Tahun Pertama. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 5(2), 217-225.
- 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.
- Anggi Eka Putri, Dr. Widya Parimita, SE., M. P. A., & Dr. Christian Wiradendi Wolor, SE., M. (2018). *The Effect Of Social Support And Self Efficiency On Academic Resilience*. 377–386.
- Bandura, A. (1997). *The Exercise of a control*. W. H. Freeman & Company
- Cassidy, S. 2016. *The Academic Resilience Scale (ARS-30): A new multidimensional construct*

measure. *Journal Frontiers in Psychology*, page. 1-11.

- Friedman, H. S. & Schustak, M. W. (1999). *Personality: Classic Theories and Modern Research*. Boston: Allyn and Bacon
- Gottlieb, B. H. (1987). *Marshaling Social Support: Formats, Processes, and Effects*. California: Sage Publications
- House, J.S. (1987). Social support and social structure. *Sociological Forum*, 2(1), 135-146, DOI: 10.1007/BF01107897
- Irawan, R., Renata, D., & Dachmiati, S. (2022). Resiliensi akademik siswa. *Orien: Cakrawala Ilmiah Mahasiswa*, 2(2), 135–140. <https://doi.org/10.30998/ocim.v2i2.8130>
- Marsh, H. W., & Martin, A. J. (2003). Academic Resilience and the Four Cs: Confidence, Control, Composure, and Commitment. *Australian Association for Research in Education*, 5(3), 248– 253.
- Masten, A. S., & Coatsworth, J. D. (1998). The Development of Competence in Favorable and Unfavorable Environments: Lessons from Research on Successful Children. *American Psychologist*, 53(2), 205–220. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.53.2.205>
- Muryono, S. (2022). *Mengembangkan resiliensi akademik melalui hubungan positif dalam konsep pendekatan person centered*. 6(2), 624–632. <https://jurnal.iicet.org/index.php/jpgi/article/view/2742>
- Nabilah, A. N., Psikologi, P. S., Pendidikan, F. I., Surabaya, U. N., Khoirunnisa, R. N., Psikologi, P. S., Pendidikan, F. I., & Surabaya, U. N. (2023). *Hubungan Self Efficacy dan Resiliensi Pada Mahasiswa Baru Psikologi Di Universitas X The Relationship between Self Efficacy and Resilience in New Psychology Students at University X Abstrak*. 10(02), 168–183.
- Prawitasari, T., & Antika, E. R. (2022). Pengaruh Self-Efficacy Terhadap Resiliensi Akademik Siswa. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Indonesia*, 7(2), 177-185.
- 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
- Sarafino, E. P. (1990). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. New York: Wiley
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta