

RESILIENSI AKADEMIK MAHASISWA JURUSAN PSIKOLOGI UNESA SAAT PERKULIAHAN DARING PADA MASA PANDEMI

Siti Aisyah Retnoningtyas Risky Putri

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, UNESA sitiputri1@mhs.unesa.ac.id

Hermien Laksmiwati

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, UNESA hermienlaksmiwati@unesa.ac.id

Abstrak

Pandemi Covid-19 telah melanda seluruh sektor masyarakat termasuk pendidikan. Berbagai lini dituntut untuk memiliki ketahanan dan tangguh untuk menjalani aktivitas sehari-hari termasuk mahasiswa. Berbagai keterbatasan dirasakan mengingat situasi pandemi baru saja dirasakan tanpa adanya persiapan terlebih perubahan kegiatan belajar mengajar secara online. Salah satu dampaknya mahasiswa ataupun pengajar mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas. Tujuan pada penelitian ini yaitu mengetahui resiliensi akademik mahasiswa Jurusan Psikologi UNESA saat perkuliahan daring pada masa pandemi. Metode yang digunakan yaitu jenis pendekatan kuantitatif dengan menyebarkan skala resiliensi akademik kepada responden sejumlah 315 dan data akan diolah menggunakan bantuan aplikasi program statistik SPSS 26.0 *for windows* serta di analisis secara deskriptif. Hasil penelitian menyajikan resiliensi akademik responden berada pada kategori yang sedang. Data tersebut dapat di lihat dari setiap angkatan responden penelitian tendensi resiliensi akademik berada pada kategori sedang ke tinggi yang memiliki arti mahasiswa Jurusan Psikologi UNESA memiliki kemampuan bertahan dan bangkit untuk tetap melakukan proses belajar mengajar saat terjadi pandemi.

Kata Kunci: Resiliensi Akademik, Daring, Pandemi, Mahasiswa

Abstract

The Covid-19 pandemic has hit all sectors of society, including education. Various lines are required to have resilience and toughness to carry out daily activities, including students. Various limitations are felt considering the pandemic situation has just been thought of without any preparation, especially changes in online teaching and learning activities. One of the effects is that students or teachers have difficulty completing assignments. This study aims to determine the academic resilience of UNESA Psychology Department students during online lectures during the pandemic. The method used is a quantitative approach by distributing academic resilience scales to 315 respondents, and the data will be processed using the statistical program SPSS 26.0 *for windows* and analyzed descriptively. The study results show that the respondents' academic resilience is in the moderate category. The data can be seen from each generation of respondents, and the academic resilience tendency is in the medium to high category, which means that UNESA Psychology Department students can survive and rise to continue the teaching and learning process during a pandemic.

Keywords: Academic Resilience, Online, Pandemic, Collage Student

PENDAHULUAN

Desember 2019, awal dari kejadian yang meresahkan seluruh dunia. Kejadian yang berasal dari Virus Corona (COVID-19), yang asal mulanya dari Tiongkok, Wuhan (Yuliana, 2020). COVID-19 dinyatakan menjadi darurat kesehatan masyarakat dan perhatian internasional WHO (*World Health Organization*) pada 30 Januari 2020 karena penyebarannya yang sangat cepat hingga 25 Maret 2020 (Dong et al., 2020).

Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) merupakan penyakit jenis baru yang belum pernah teridentifikasi pada tubuh manusia. Virus penyebab terbentuknya COVID-19 dinamakan Sars-CoV2. Virus corona termasuk zoonosis karena ditularkan antara hewan dan manusia. Namun, hewan yang menjadi sumber dari penularan dari COVID-19 belum teridentifikasi. Dari beberapa penelitian ilmiah, menunjukkan bahwa COVID-19 ditularkan antar manusia melalui percikan (*droplet*) saat batuk, bersin ataupun saat berbicara dengan jarak kurang dari 1 meter. Tanda serta gejala umum saat

terinfeksi COVID-19 termasuk dalam gejala gangguan pernafasan akut yaitu demam, batuk, dan sesak napas (Kemenkes RI, 2020).

Adanya pandemi COVID-19 menghambat semua sektor, termasuk salah satunya yaitu sektor pendidikan. Sektor pendidikan terhambat karena penularan dari virus COVID-19 sangat cepat serta pengendalian penyakit di Negara Indonesia yang belum memadai. Sehingga pemerintah mengeluarkan peraturan pembelajaran yang dilakukan dengan sistem daring (dalam jaringan) atau *online* yang di edarkan dalam Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 oleh Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan yang menyatakan bahwa kegiatan pembelajaran jarak jauh dilakukan secara daring (dalam jaringan) atau *online* guna mencegah penyebaran COVID-19. Termasuk kegiatan pembelajaran dalam jenjang pendidikan tinggi.

Pada pandemi COVID-19 ini, individu dituntut untuk memiliki ketahanan dan resiliensi yang tangguh dalam menjalani kehidupan sehari-hari (Murtiningrum & Pedhu, 2021). Selama kurang lebih 2 (dua) tahun mahasiswa telah melakukan pembelajaran jarak jauh secara daring (dalam jaringan) atau *online*. Mahasiswa diharapkan mampu mengikuti seluruh mata kuliah dengan baik selama perkuliahan jarak jauh yaitu daring (dalam jaringan) atau *online* yang membutuhkan kemampuan resiliensi di bidang akademik untuk menghadapi tekanan kondisi selama perkuliahan daring berlangsung.

Banyak hal menjadi penghambat yang dirasakan oleh tenaga pendidik maupun mahasiswa dalam proses pembelajaran daring (dalam jaringan) atau *online* ini (Harahap et al., 2020). Selain itu dampak dari sistem perkuliahan daring (dalam jaringan) atau *online* yaitu jenuh akibat dari terlalu lama berada didalam rumah (Santoso et al. dalam Harahap et al., 2020). Dengan adanya penelitian tersebut, maka peneliti melakukan studi pendahuluan dengan melakukan wawancara pada 4 mahasiswa, yang terdiri dari 2 mahasiswa angkatan 2020 (mahasiswa A dan mahasiswa B) dan 2 mahasiswa angkatan 2021 (mahasiswa C dan mahasiswa D) di Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya. Mahasiswa A dan C mengutarakan pendapatnya bahwa ia merasa jenuh selama perkuliahan daring (dalam jaringan) atau *online* karena tidak dapat bertemu secara langsung dan bersosialisasi dengan rekan satu kelas maupun satu angkatan. Mahasiswa B dan D menyetujui pendapat dari Mahasiswa A

dan C, bahwa mereka juga merasa jenuh dan sangat menginginkan perkuliahan luring (luar jaringan) atau offline. Mahasiswa B juga memiliki pendapat bahwa selama perkuliahan daring, ia merasa kurang mendapatkan materi yang cukup. Namun, ia tetap berusaha untuk mengerjakan tugas-tugas perkuliahan dan berdiskusi semaksimal mungkin dengan rekan-rekannya melalui aplikasi *zoom* atau *whatsapp*.

Resiliensi yaitu kemampuan individu untuk bertahan, beradaptasi, dan menghadapi tekanan dari situasi yang dialami (Reivich & Shatte dalam Hendriani, 2018). Sedangkan resiliensi akademik yaitu kemampuan individu bertahan, adaptasi dan menghadapi tekanan dari situasi yang dialami dalam lingkup pendidikan seperti tugas-tugas akademik (Corsini dalam Tumanggor & Dariyo, 2015). Mahasiswa yang memiliki kemampuan resiliensi akademik tinggi akan bersikap optimis dalam menghadapi kesulitan dibidang akademik. Mahasiswa akan tetap menunjukkan pikiran positif walaupun ada dalam situasi akademik yang sulit. Sebaliknya, mahasiswa dengan kemampuan resiliensi rendah akan menunjukkan sikap yang pesimis dalam menghadapi kesulitan dibidang akademik dan cenderung untuk berpikiran negatif.

Resiliensi akademik memiliki 3 faktor atau dimensi, yaitu *perseverance* (ketekunan), *reflecting dan adaptive help seeking* (refleksi dan mencari bantuan), dan *negative affect and emotional response* (pengaruh negatif dan respon emosional) (Cassidy, 2016). Melalui ketiga faktor atau dimensi tersebut resiliensi akademik dapat dijelaskan sebagai berikut: (1) *Perseverance* (ketekunan) yaitu selalu memikirkan solusi dan memecahkan permasalahan dari setiap situasi yang menghambat, fokus dengan capaian yang diharapkan, serta menerima dan menerapkan kritik dan saran yang diberikan, (2) *Reflecting and adaptive help seeking* yaitu refleksi kelebihan dan kekurangan pada diri, menemukan metode pembelajaran yang tepat, menemukan bantuan, dukungan dan motivasi, (3) *Negative affect and emotional response* yaitu cemas karena melihat situasi yang menghambat sebagai masalah yang besar, dapat dikurangi dengan mengabaikan respon emosi negatif dan berpikiran positif.

Komponen dari resiliensi akademik menurut Reivich & Shatte (Meiranti, 2020) terdiri dari 7 komponen yaitu: (1) *Emotion Regulation* (Regulasi Emosi), keahlian individu untuk tetap tenang ketika berada dalam tekanan. (2) Pengendalian impuls,

keahlian mengatur kemauan, motivasi, ketertarikan, serta tekanan yang timbul dari diri sendiri. (3) Optimisme merupakan salah satu ciri individu yang resilien. Individu yang mempunyai impian masa depan dan yakin dapat mengendalikan jalan hidupnya. (4) Empati. Komponen ini menjelaskan bahwa manusia sanggup menafsirkan gejala psikologis dan emosi individu lain. Empati menggambarkan kebaikan diri dalam mengidentifikasi kondisi psikologis dan keperluan emosi individu lain. (5) Analisis penyebab masalah, mengarahkan pada kemampuan seseorang dengan tepat mengenali sumber dari permasalahan. Jika seseorang dapat memprediksi akar permasalahan secara tepat, maka seseorang tidak mengulangi sesuatu yang menimbulkan masalah. (6) Efikasi diri, menggambarkan keyakinan pada keahlian diri sendiri untuk menghadapi dan memecahkan masalah secara efisien. Hal ini dapat membuat diri yakin terhadap keberhasilan. (7) *Reaching out* (membuka diri), kemampuan individu untuk meraih aspek positif, terbuka pada kegagalan dan kesulitan yang menyimpannya dari kehidupan setelah melewati kesulitan.

Berdasarkan pada fenomena yang terjadi tersebut, peneliti melakukan penelitian yang berjudul “Resiliensi Akademik Mahasiswa Jurusan Psikologi UNESA Setelah Perkuliahan Daring Pada Masa Pandemi”.

Penelitian ini dilakukan hanya terbatas pada resiliensi akademik mahasiswa jurusan Psikologi UNESA saat perkuliahan daring pada masa pandemi di semester genap tahun ajaran 2021/2022.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu jenis pendekatan kuantitatif. Pada penelitian dengan jenis pendekatan kuantitatif, pengolahan data akan dilakukan dengan angka atau numerik. Data yang diperoleh diolah dengan metode analisis statistik (Azwar, 2012). Metode analisis yang digunakan dalam penelitian yaitu metode analisis statistik deskriptif, sehingga penelitian ini menggambarkan data yang dikumpulkan dalam bentuk deskripsi.

Populasi yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa angkatan 2018-2021 Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya. Populasi tersebut dipilih karena telah melewati masa perkuliahan daring (dalam jaringan) atau *online*. Penelitian ini menggunakan seluruh populasi sebagai sampel

karena seluruh subjek termasuk dalam kriteria, sehingga dalam penelitian ini digunakan teknik sampling jenuh. Teknik sampling jenuh merupakan teknik pengambilan sampel yang tidak menggunakan peluang atau *non probability sampling* (Sugiono, 2014). *Non probability sampling* merupakan teknik pengambilan sampel yang tidak dipilih secara acak.

Pada penelitian ini, teknik pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner. Kuesioner penelitian dibagikan kepada mahasiswa angkatan 2018-2021, Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya secara daring (dalam jaringan) atau *online* dengan *google form*. Kuesioner dalam penelitian ini menggunakan skala Likert yang memiliki dua bentuk pernyataan positif (*favourable*) dan pernyataan negatif (*unfavourable*). Penyusunan skala dalam penelitian menggunakan skala Likert yang dimodifikasi dengan menggunakan empat pilihan jawaban yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS) dan menghilangkan pilihan jawaban tengah (netral). Jawaban netral merupakan jawaban yang tidak menunjukkan pendapat sehingga jawaban responden akan menjadi kurang informatif (Azwar, 2012).

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner dengan Skala Resiliensi Akademik atau *Academic Resilience Scale (ARS-30)* yang diadaptasi dari penelitian yang dilakukan oleh Simon Cassidy (2016). Skala resiliensi akademik yang digunakan dalam penelitian ini dikembangkan dari skala milik Cassidy sejumlah 30 item. Kemudian skala disesuaikan dengan penelitian yang dilakukan.

Uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi. Validitas isi berkaitan dengan penilaian aitem yang tersusun dalam kuesioner dianalisis lebih dalam untuk menilai kelayakan isi aitem.

Uji Reliabilitas instrumen pada penelitian ini akan diukur menggunakan teknik *alpha Cronbach* dengan program analisis statistik SPSS versi 26.0 *for windows* (Azwar, 2012).

HASIL

Topik kajian utama dalam penelitian ini adalah resiliensi akademik mahasiswa Jurusan Psikologi UNESA saat perkuliahan daring (dalam

jaringan) atau *online* pada masa pandemi. Skala yang digunakan dalam penelitian merupakan skala adaptasi yang dilakukan oleh Simon Cassidy (2016) bernama ARS-30 (*Academic Resilience Scale*) dengan aitem berjumlah 30. Peneliti mengembangkan skala resiliensi tersebut sesuai dengan kebutuhan penelitian berdasarkan 30 aitem pernyataan yang terdapat pada ARS-30 milik Simon Cassidy (2016).

Kuisisioner pada penelitian menggunakan skala *likert* yang artinya bahwa kuisisioner akan memunculkan dua bentuk pernyataan yaitu pernyataan positif (*favourable*) dan pernyataan negatif (*unfavourable*).

Pada penelitian ini penyusunan kuisisioner menggunakan skala *likert* yang telah dimodifikasi menjadi empat pilihan jawaban, diantaranya yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS), dan menghilangkan pilihan jawaban tengah (netral). Hal tersebut senada dengan pernyataan Azwar (2012) yaitu pilihan jawaban netral merupakan sebuah pilihan jawaban yang tidak menunjukkan pendapat, sehingga jawaban responden akan menjadi kurang informatif. Berdasarkan hal tersebut, dapat disimpulkan bahwa kemungkinan skor tertinggi yang bisa dicapai oleh subjek yaitu senilai 120, adapun kemungkinan skor terendah yang akan dicapai oleh subjek yaitu senilai 30.

Sebelum dilakukan penyebaran kuisisioner penelitian, peneliti telah menguji skala resiliensi yang telah diadaptasi menggunakan pengujian *tryout* kuisisioner dengan menggunakan 30 subjek penelitian. Diantaranya telah didapatkan 7 orang subjek berjenis kelamin laki-laki, dan 23 subjek berjenis kelamin perempuan. Diantaranya juga terdapat subjek mahasiswa angkatan 2018 berjumlah 8 orang, mahasiswa angkatan 2020 berjumlah 9 orang, dan mahasiswa angkatan 2021 berjumlah 13 orang.

Sedangkan pada proses penelitian telah didapatkan sejumlah 315 responden atau subjek penelitian yang diantaranya angkatan 2018 berjumlah 39 subjek dengan kriteria responden laki-laki sejumlah 5 dan responden perempuan sejumlah 34, angkatan 2019 berjumlah 67 subjek dengan kriteria responden laki-laki sejumlah 10 dan responden perempuan sejumlah 57, angkatan 2020 berjumlah 96 subjek dengan kriteria responden laki-laki sejumlah 14 dan responden perempuan sejumlah 82, dan angkatan 2021 berjumlah 113

subjek dengan kriteria responden laki-laki sejumlah 25 dan responden perempuan sejumlah 88.

Tabel 1. Hasil Try Out Uji Statistik Deskriptif

<u>Resiliensi</u>		
N	Valid	30
	Missing	0
Mean		95.57
Median		97.00
Mode		97
Std. Deviation		9.676
Variance		93.633
Minimum		77
Maximum		118

Berdasarkan pada Tabel 1. dapat dilihat bahwa hasil dari proses pengumpulan data telah didapatkan hasil *maximum* atau terbesar senilai 118 dan hasil *minimum* atau terendah senilai 77 pada tabel tersebut juga telah dijelaskan hasil analisis statistik deskriptif lain yaitu nilai *mean* sebesar 95.57, nilai *median* sebesar 97.00, nilai *modus/mode* sebesar 97, nilai *variance* sebesar 93.633 dan nilai *standart deviation* sebesar 9.676.

Tabel 2. Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.896	.911	30

Berdasarkan Tabel 2. dapat disimpulkan bahwa aitem pada kuisisioner dapat dinyatakan reliabel karena nilai reliabilitas pada rumus *alpha cronbach* yang menggunakan bantuan program SPSS 26.0 *for windows* menunjukkan nilai 0,896 yang artinya nilai *alpha cronbach* lebih besar dari angka 0,6 sehingga data kuisisioner dinyatakan lulus uji *try out* dan memiliki data yang valid.

Tabel 3. Hasil Uji Statistik Deskriptif

<u>Resiliensi</u>

N	Valid	315
	Missing	0
Mean		97.32
Median		97.00
Mode		97
Std. Deviation		9.726
Variance		94.587
Minimum		77
Maximum		119

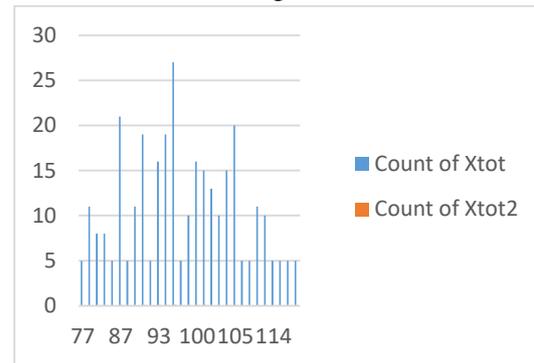
Berdasarkan hasil dari Tabel 3. dapat dilihat bahwa hasil dari proses pengumpulan data telah didapatkan hasil *maximum* atau terbesar senilai 119 dan hasil *minimum* atau terendah senilai 77 pada tabel tersebut juga telah dijelaskan hasil analisis statistik deskriptif lain yaitu nilai *mean* sebesar 97.32, nilai *median* sebesar 97.00, nilai modus/*mode* sebesar 97, nilai *variance* sebesar 94.587, dan nilai *standart deviation* senilai 9.276.

Tabel 4. Hasil Uji Tiap Aspek Variabel

Aspek	Mean
<i>Perseverance</i>	29.69
<i>Reflecting dan adaptive help seeking</i>	36.56
<i>Negative affect and emotional response</i>	34.18

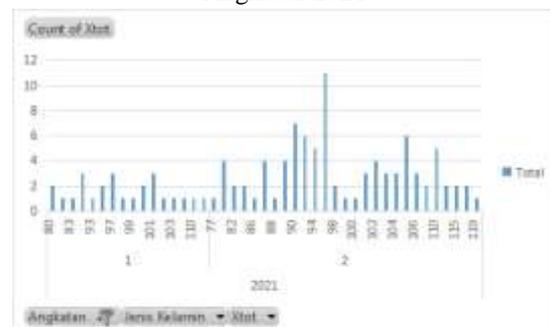
Resiliensi akademik terdiri dari 3 faktor ataupun dimensi (Cassidy, 2016). Tiga dimensi yang dimaksud adalah *perseverance* (ketekunan), *reflecting* dan *adaptive help seeking* (merefleksikan kekuatan dan kelemahan), dan *negative affect and emotional response* (efek negatif atau respon negatif “kecemasan”), dari ketiga dimensi tersebut telah didapatkan nilai rata-rata sebagai berikut. Dimensi *perseverance* atau ketekunan mendapatkan nilai rata-rata sebesar 26.69, dimensi *reflecting* dan *adaptive help seeking* atau kemampuan dalam merefleksikan kekuatan dan kelemahan mendapatkan nilai sebesar 36.56, dan dimensi *negative affect and emotional response* atau efek negatif dan respon negatif dalam artian kecemasan mendapatkan nilai sebesar 34.18, sehingga dapat disimpulkan dari data penelitian, dimensi yang menjadi faktor terkuat dalam resiliensi akademik mahasiswa saat perkuliahan daring pada masa pandemi yaitu terdapat pada dimensi *reflecting and adaptive help seeking*.

Gambar 1. Hasil Resiliensi Akademik Mahasiswa Psikologi Unesa



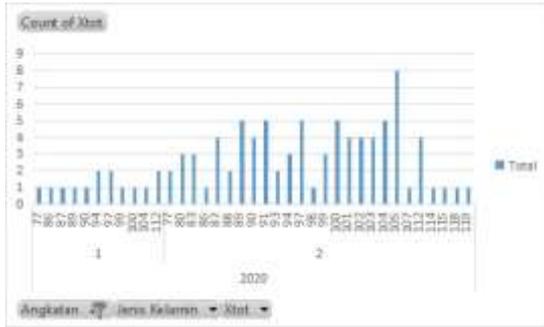
Penelitian ini juga menunjukkan bahwa setelah dibagi menjadi tiga kategori, yaitu kategori rendah, sedang dan tinggi. Dapat dilihat bahwa nilai resiliensi akademik mahasiswa Jurusan Psikologi UNESA telah dikategorikan menjadi tiga golongan tersebut, dari 315 subjek, terdapat 93 subjek memiliki tingkat resiliensi dengan kategori rendah, 136 subjek memiliki tingkat resiliensi dengan kategori sedang, dan 86 subjek dengan tingkat kategori tinggi. Jika tingkat resiliensi akademik mahasiswa Psikologi UNESA dijabarkan dalam setiap angkatan, maka akan dijelaskan sebagai berikut:

Gambar 2. Hasil Resiliensi Akademik Mahasiswa Angkatan 2021



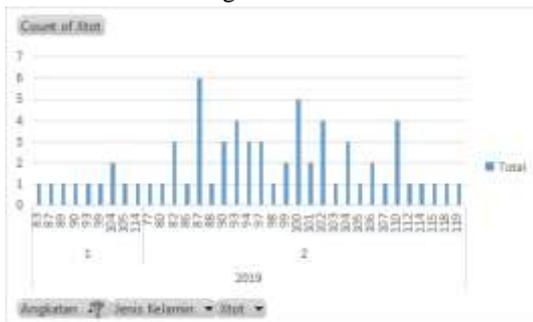
Dapat dilihat bahwa nilai resiliensi akademik mahasiswa psikologi unesa angkatan 2021 telah dikategorikan menjadi tiga golongan tersebut, dari 113 subjek, terdapat 33 subjek memiliki tingkat resiliensi dengan kategori rendah, 51 subjek memiliki tingkat resiliensi dengan kategori sedang, dan 29 subjek dengan tingkat kategori tinggi.

Gambar 3. Hasil Resiliensi Akademik Mahasiswa Angkatan 2020



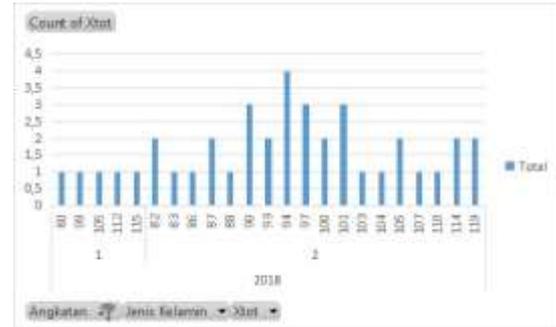
Dapat dilihat bahwa nilai resiliensi akademik mahasiswa Psikologi UNESA angkatan 2020 telah dikategorikan menjadi tiga golongan tersebut, dari 96 subjek, terdapat 29 subjek memiliki tingkat resiliensi dengan kategori rendah, 48 subjek memiliki tingkat resiliensi dengan kategori sedang, dan 19 subjek memiliki tingkat resiliensi dengan kategori tinggi.

Gambar 4. Hasil Resiliensi Akademik Mahasiswa Angkatan 2019



Dapat dilihat bahwa nilai resiliensi akademik mahasiswa Psikologi UNESA angkatan 2019 telah dikategorikan menjadi tiga golongan tersebut, dari 67 subjek, terdapat 20 subjek memiliki tingkat resiliensi dengan kategori rendah, 27 subjek memiliki tingkat resiliensi dengan kategori sedang dan 20 subjek dengan tingkat kategori tinggi.

Gambar 5. Hasil Resiliensi Akademik Mahasiswa Angkatan 2018



Dapat dilihat bahwa nilai resiliensi akademik mahasiswa Psikologi UNESA angkatan 2018 telah dikategorikan menjadi tiga golongan tersebut, dari 39 subjek, terdapat 11 subjek memiliki tingkat resiliensi dengan kategori rendah, 16 subjek memiliki tingkat resiliensi dengan kategori sedang, dan 12 subjek dengan tingkat kategori tinggi.

PEMBAHASAN

Banyaknya hambatan secara akademik yang telah dihadapi oleh mahasiswa selama proses perkuliahan daring (dalam jaringan) atau *online* selama pandemi COVID-19 menuntut mahasiswa untuk memiliki resiliensi akademik yang baik. Mahasiswa dengan kemampuan akademik yang baik akan mampu mengatasi hambatan akademik yang sedang hadapi dan tidak akan menyerah dengan situasi yang sedang dihadapi. Mahasiswa dengan resiliensi akademik yang tinggi atau baik dapat menahan tekanan dan mencari solusi dari hambatan akademik yang ada di tengah pandemi COVID-19 seperti kejenuhan yang dialami saat perkuliahan daring karena tidak dapat berinteraksi secara langsung dengan rekan satu kelas maupun satu angkatan serta kurangnya materi yang didapatkan.

Tumbuhnya ketakutan akan COVID-19 memaksa mahasiswa untuk dapat belajar secara daring di rumah, namun dalam pembelajaran daring ini tidak secara permanen menghilangkan prinsip dan esensi belajar yang baik, meskipun perkuliahan dilakukan secara daring. Mahasiswa tetap diberi kesempatan untuk belajar dengan situasi yang sulit dan menantang serta menggali segala potensi yang dimilikinya dalam keadaan yang terbatas. Sebaliknya, mahasiswa dengan resiliensi akademik yang rendah akan merasa cemas, takut, dan menghindari hambatan karena hal tersebut terlihat sebagai suatu masalah yang besar (Hamachek dalam Tumanggor & Dariyo, 2015).

Hasil temuan dari penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa psikologi yang sedang berkuliah dengan menggunakan metode daring pada masa pandemi memiliki tingkat resiliensi akademik yang cukup baik. Hal tersebut ditunjukkan dari hasil penelitian dan dari segi tinjauan setiap angkatan, rata-rata mahasiswa jurusan Psikologi UNESA memiliki nilai yang cukup baik dalam resiliensi akademiknya, sehingga mahasiswa jurusan Psikologi UNESA mampu untuk *survive* dan cukup efisien dalam melaksanakan pembelajaran jarak jauh atau yang sering disebut pembelajaran daring (dalam jaringan) atau *online*. Di saat perubahan sikap terhadap pembelajaran, individu diperlukan memiliki kompetensi untuk beradaptasi dalam pembelajaran daring (dalam jaringan) atau *online* dan menghadapi berbagai tantangan serta kesulitan belajar (Hoge et al., 2007).

Adanya resiliensi akan memungkinkan mahasiswa yang berusaha keras untuk mempersiapkan pembelajaran daring (dalam jaringan) atau *online* untuk berpartisipasi secara efektif dalam kegiatan *e-learning* (Cassidy, 2016). Hal ini menunjukkan bahwa orang yang berpendidikan memiliki kemampuan untuk mengatasi kesulitan belajar. Dalam konteks *e-learning*, kemampuan ini dapat membantu individu menjadi lebih bersedia untuk terlibat dalam pembelajaran daring (dalam jaringan) atau online, seperti yang ditunjukkan oleh sejauh mana mahasiswa percaya bahwa mereka memiliki keterampilan dan kemampuan untuk belajar secara daring (dalam jaringan) atau *online* (Hung et al., 2010).

Resiliensi yaitu kemampuan individu untuk bertahan, beradaptasi, dan menghadapi tekanan dari situasi yang dialami (Reivich & Shatte dalam Hendriani, 2018). Sedangkan resiliensi akademik yaitu kemampuan individu bertahan, adaptasi dan menghadapi tekanan dari situasi yang dialami dalam lingkup pendidikan seperti tugas-tugas akademik (Corsini dalam Tumanggor & Dariyo, 2015). Mahasiswa dengan kemampuan resiliensi akademik yang tinggi akan bersikap optimis dan tidak putus asa dalam menghadapi kesulitan dibidang akademik. Mahasiswa akan tetap menunjukkan pikiran positif walaupun ada dalam situasi akademik yang sulit atau menghambat. Sebaliknya, mahasiswa dengan kemampuan resiliensi yang rendah akan menunjukkan sikap yang pesimis dalam menghadapi kesulitan atau hambatan dibidang

akademik dan cenderung untuk berpikiran negatif serta mudah putus asa.

Pembelajaran daring (dalam jaringan) atau *online* membatasi interaksi fisik dan interaksi sosial, sebagai akibatnya mahasiswa tidak mampu berkomunikasi *verbal* ataupun *nonverbal* secara efisien. Hal lain, kondisi ini juga menyulitkan mahasiswa yang sedang aktif berkuliah atau bahkan yang sedang menjalankan tugas akhirnya, sehingga diawal akan sering merasa kebingungan atas apa yang telah mereka rencanakan dan ingin mereka capai. Namun dari hasil penelitian ini dapat dilihat bahwa rata-rata mahasiswa jurusan Psikologi UNESA dapat beradaptasi dengan situasi pandemi ini, dimana mengharuskan mereka melakukan pembelajaran dari rumah.

Individu dengan resiliensi akademik tinggi, sanggup menghadapi berbagai situasi negatif (Reivich dan Shatte dalam Fitri & Kushendar, 2019). Individu yang sanggup memperlihatkan perilaku dan pikiran positif pada macam situasi yang dihadapi dan berhasil melewati studi dengan baik, maka individu tersebut memiliki resiliensi akademik yang tinggi atau baik (Fuerth dalam Hendriani, 2018).

Resiliensi akademik adalah ketahanan pada kegiatan akademik, kemajuan dalam bidang akademik akan memperlihatkan bahwa individu dapat melewati hambatan dan menghindari atau mengabaikan pikiran negatif (Hendriani, 2018). Ketahanan akademik terjadi ketika mahasiswa mengatasi hambatan yang menakutkan, dan destruktif pada perkuliahan, hingga dapat menyesuaikan diri dan berprestasi. Pada sebagian persoalan atau masalah, resistensi terlihat sikap positif yang ditunjukkan setelah melalui kesulitan atau hambatan. Mahasiswa dituntut untuk mempunyai resiliensi yang baik untuk menyelesaikan hambatan akademik, hal tersebut diklaim sebagai resiliensi akademik (Gizir dalam Sari & Indrawati, 2016). Adanya kekuatan akademik menjadikan perjuangan sebagai tantangan, kegagalan sebagai keberhasilan, ketidakberdayaan sebagai kekuatan. Mahasiswa yang mempunyai hambatan dalam bidang akademik ini adalah mereka yang tidak mengetahui masalah akademik, tetapi ada juga mahasiswa yang kurang mampu untuk menghadapinya (Wahidah, 2018).

Ketidakpuasan dalam interaksi termasuk komunikasi antara dosen dan rekan satu kelas, seperti kurangnya umpan balik di kelas *online* yang dirasakan oleh mahasiswa karena kurangnya

kemampuan mahasiswa. Ketahanan adalah kunci untuk mengatasi tantangan saat ini di tingkat masyarakat, terutama pendidikan (Vinker et al., 2020). Astuti dan Edwina (2017) mengatakan bahwa dengan meningkatkan resiliensi seseorang akan membuat seseorang mampu mengatasi setiap masalah, meningkatkan potensi diri, optimis, menunjukkan keberanian, dan mencapai kedewasaan secara emosional. Luthar menyatakan bahwa individu dengan kekuatan yang tinggi juga dapat dikenali dari beberapa ciri, yaitu kemampuan dan ketangguhan untuk sembuh dari stress atau pulih dari trauma (Hendriani, 2018). Kekuatan dapat dipahami sebagai kemampuan individu untuk berjuang, mengatasi, dan tumbuh lebih kuat. Mahasiswa yang dapat bertahan dalam situasi seperti ini, penting untuk memiliki dukungan-dukungan yang berpusat pada mahasiswa untuk meningkatkan resiliensi akademik mereka. Mahasiswa juga dapat menambahkan emosi positif ke dalam proses pembelajaran dengan memberi mereka rasa pencapaian. Hal ini sangat membantu dalam meningkatkan kepercayaan diri mereka.

Menurut Cassidy (2016), daya belajar adalah kemampuan individu untuk meningkatkan prestasi akademik, bahkan dalam situasi yang sulit. Dengan kata lain, resiliensi adalah ketahanan yang dibutuhkan mahasiswa agar mampu beradaptasi dengan situasi sulit dan penuh tekanan saat perkuliahan daring (dalam jaringan) atau *online*, berupaya mewujudkan dan mengembangkan potensi dirinya secara maksimal, bahkan di masa pandemi.

KESIMPULAN

Hasil dari penelitian ini, resiliensi merupakan kemampuan individu untuk bertahan, beradaptasi, dan menghadapi tekanan dari situasi yang dialami. Resiliensi akademik merupakan kemampuan individu bertahan, adaptasi dan menghadapi tekanan dari situasi yang dialami dalam lingkup pendidikan seperti tugas-tugas akademik. Adanya kekuatan akademik menjadikan perjuangan sebagai tantangan, kegagalan sebagai keberhasilan, ketidakberdayaan sebagai kekuatan. Mahasiswa yang memiliki masalah dalam bidang akademik, bukan hanya mereka yang tidak mengetahui masalah akademik yang sedang mereka hadapi, tetapi juga yang tidak cukup kuat untuk menyelesaikannya atau mencari solusi dari permasalahan akademik yang mereka alami.

Hasil dari temuan penelitian ini dapat menunjukkan bahwa mahasiswa psikologi yang

sedang berkuliah dengan menggunakan metode daring (dalam jaringan) atau *online* pada masa pandemi memiliki tingkat resiliensi akademik yang cukup baik. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil penelitian dan dari segi tinjauan tiap angkatan, rata-rata mahasiswa psikologi memiliki nilai yang cukup tinggi dalam resiliensi akademiknya, sehingga mahasiswa tetap mampu untuk *survive* dan cukup efisien dalam melaksanakan pembelajaran jarak jauh atau yang sering disebut pembelajaran daring (dalam jaringan) atau *online*. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa kekuatan akademik mahasiswa berperan penting dalam kesiapan mereka untuk belajar secara daring (dalam jaringan) atau *online*.

SARAN

Penelitian ini diharapkan dapat berguna dan menjadi sumber referensi dan informasi tambahan bagi pembaca. Adapun pada temuan dalam penelitian ini, saran praktis bagi mahasiswa yaitu penelitian ini menunjukkan resiliensi akademik mahasiswa jurusan Psikologi Universitas Negeri Surabaya saat perkuliahan daring pada masa pandemi. Mahasiswa diharapkan dapat mempertahankan maupun meningkatkan resiliensi akademik yang dimiliki dalam kategori sedang, serta memanfaatkan masa perkuliahan daring ke arah yang lebih positif. Tingkat resiliensi akademik yang sedang dapat memberikan individu ketahanan dalam menghadapi hambatan yang ditemui saat perkuliahan daring berlangsung.

Saran teoritis bagi peneliti mengenai penelitian psikologi tentang resiliensi akademik diharapkan dapat lebih berkembang dan mendalam, sehingga dapat memberikan hasil penelitian yang lebih beragam terhadap variabel resiliensi akademik saat perkuliahan daring. Penelitian yang akan dilakukan selanjutnya dapat mengembangkan variabel resiliensi akademik saat perkuliahan daring pada masa pandemi dengan menambah variabel penelitian lain sebagai penunjang. Sehingga disarankan untuk penelitian selanjutnya mampu menjelaskan variabel resiliensi akademik dengan variabel lain yang memiliki pengaruh terutama dalam pandemi covid-19 ini.

DAFTAR PUSTAKA

Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.

- 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>
- Dhawan, S. (2020). Online Learning: A Panacea in the Time of COVID-19 Crisis. *Journal of Educational Technology Systems, 49*(1), 5–22. <https://doi.org/10.1177/0047239520934018>
- Dong, Y., Mo, X., Hu, Y., Qi, X., Jiang, F., Jiang, Z., & Tong, S. (2020). Epidemiology of COVID-19 among children in China. *Pediatrics, 145*(6). <https://doi.org/10.1542/peds.2020-0702>
- Fitri, H. U., & Kushendar, K. (2019). Konseling Kelompok Cognitive Restructuring untuk Meningkatkan Resiliensi Akademik Mahasiswa. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy, 1*(2), 1. <http://journal.kurasinstitute.com/index.php/bocp>
- Harahap, A. C. P., Harahap, S. R., & Harahap, D. P. (2020). Gambaran Resiliensi Akademik Mahasiswa pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling, 10*(2), 197–203.
- Hendriani, W. (2018). *Resiliensi Psikologis: Sebuah Pengantar*. Prenadamedia Group.
- Hoge, E. A., Austin, E. D., & Mark, P. H. (2007). *Resilience: Research Evidence and Conceptual Considerations for Posttraumatic Stress Disorder. 24*(2), 52–139. <https://doi.org/10.1002/da.20175>
- Hung, M. L., Chou, C., Chen, C. H., & Own, Z. Y. (2010). Learner readiness for online learning: Scale development and student perceptions. *Computers and Education, 55*(3), 1080–1090. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2010.05.004>
- Kementrian Kesehatan RI. (2020). Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease. *Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit, 1*-136
- Lestyanawati, R., & Widyantoro, A. (2020). The Strategies and Problems Faced by Indonesian Teachers in Conducting e-learning during COVID-19 Outbreak. *CLLiENT (Culture, Literature, Linguistics, and English Teaching), 2*(1), 71–82. <https://doi.org/10.32699/cllient.v2i1.1271>
- Meiranti, E. (2020). *Hubungan Antara Kecerdasan Spiritual dengan Resiliensi Akademik Siswa SMK di Semarang Utara* [Universitas Negeri Semarang]. <http://lib.unnes.ac.id/41674/>
- Murtiningrum, D., & Pedhu, Y. (2021). Resiliensi Akademik Siswa/Siswi Kelas Vii Dan Viii Sekolah Menengah Pertama Santo Andreas Tahun Ajaran 2020/2021. *Psiko Edukasi, 19*(2), 166–181. <http://ojs.atmajaya.ac.id/index.php/fkip/article/view/1751>
- Sari, P. K. P., & Indrawati, E. S. (2016). The relationship between peer social support and academic resilience in final year students majoring in x faculty of Engineering, Diponegoro University. *Empati, 5*(April), 177–182. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/14979/14478>
- Sugiono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Tumanggor, R. O., & Dariyo, A. (2015). Pengaruh Iklim Kelas Terhadap Resiliensi Akademik, Mastery Goal Orientation dan Prestasi Belajar. *Seminar Psikologi & Kemanusiaan, 978*–979.
- Vinker, C. H., Amelvoort, T. Van, Bisson, J. I., Branchi, I., Cryan, J. F., Domschke, K., Howes, O. D., Manchia, M., Pinto, L., Quervain, D. de, Schmidt, M. V., & Wee, N. J. A. Van Der. (2020). Stress Resilience During The Coronavirus Pandemic. *National Library of Medicine, 12*–16. <https://doi.org/10.1016/j.euroneuro.2020.05.003>
- Wahidah, E. Y. (2018). Resiliensi akademik perspektif psikologi islam. In *Proceeding National Conference Psikologi UMG 2018* (Vol. 1, Issue 1).