

Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa

RIZKA SYAHRANI HAKIM & ENDANG R. SURJANINGRUM*

Departemen Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAK

Resiliensi akademik diperlukan oleh mahasiswa dalam menghadapi rintangan akademik yang dihadapi. Keluarga berperan penting dalam kehidupan anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara dukungan keluarga dan resiliensi akademik pada mahasiswa. Penelitian ini menggunakan metode *narrative literature review*. Dukungan keluarga adalah suatu sikap, tindakan serta rasa penerimaan keluarga pada anggota keluarga yang bertugas untuk mendukung dan tanggap memberikan pertolongan jika diperlukan. Dukungan keluarga pada aspek pendidikan berperan untuk meningkatkan *self-esteem* anak sehingga dapat menyelesaikan jenjang pendidikan serta karir mereka. Penelitian menemukan bahwa terdapat pengaruh signifikan positif yang kuat antara dukungan keluarga dengan resiliensi akademik. Dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi dukungan yang diberikan oleh keluarga maka membuat mahasiswa akan semakin resilien dalam akademik pendidikannya.

Kata kunci: *resiliensi akademik, dukungan keluarga, mahasiswa*

ABSTRACT

Academic resilience is needed by students in facing the academic obstacles they face. Family plays an important role in a child's life. This study aims to determine the relationship between family support and academic resilience in students. This research uses the method *narrative literature review*. Family support is an attitude, action and a sense of family acceptance of family members whose job is to support and be responsive in providing help if needed. Family support in the educational aspect has a role to improve *self-esteem* children so that they can complete their education and career levels. Research finds that there is a strong positive significant effect between family support and academic resilience. It can be concluded that the higher the support provided by the family, the more resilient students will be in their academic education.

Keywords: *Academic resilience, family support, college student*

PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan individu yang berada dalam masa transisi dari fase remaja menuju dewasa yang disebut dengan dewasa awal, dimana pada rentang umur 18 hingga 25 tahun (Santrock, 2010). Shanahan dkk (2005) berpendapat bahwa masa dewasa awal ini ditandai dengan indikator dalam diri individu yaitu kontrol diri, otonomi serta tanggung jawab personal. Menurut Arnett (2006), salah satu ciri dewasa awal adalah *instability* yaitu ketidakstabilan pada aspek kehidupan seperti pekerjaan, pendidikan dan bahwa percintaan. Kariv & Heiman (2005) menemukan bahwa terdapat banyak tantangan yang terjadi pada periode mahasiswa seperti menumpuknya tugas, adaptasi dengan lingkungan baru, konflik teman. Namun juga terdapat tantangan yang berasal dari keluarga yang mana mahasiswa harus berprestasi dalam bidang pendidikannya (Misra & Castillo, 20014). Dalam penelitian oleh Jones (2020) pada 180 mahasiswa farmasi didapatkan bahwa mahasiswa mengalami stres di level tengah, 18,4%

mengalami stres berat dan 20,4% mengalami stres berat. Mahasiswa tersebut dikatakan bahwa bermasalah dengan persoalan kecemasan, akademik, suasana hati ataupun tertekan.

Menurut Brewer dkk (2019) resiliensi merupakan kunci dalam membantu mahasiswa dalam mengatasi rintangan, menyelesaikan tugas akademik dan juga manajemen *well-being* individu. Sedangkan menurut Howe dkk (2012) resiliensi dipandang sebagai sebuah kemampuan dinamis yang dapat membantu individu untuk berkembang dalam tantangan yang terjadi sesuai konteks sosial dan personal. Resiliensi merupakan abilitas individu yang berguna dalam bertahan ataupun mengatasi dalam beradaptasi dengan situasi sulit dalam kehidupannya (Reivich & Shatte, 2002). Banyak hal yang dapat mempengaruhi resiliensi seseorang, salah satunya adalah akademik. Dalam beberapa penelitian ditemukan bahwa resiliensi berperan penting dalam perkembangan pendidikan mahasiswa, salah satunya adalah studi yang dilakukan oleh Johnson dkk (2015) pada mahasiswa di Amerika Serikat. Resiliensi akademik merupakan suatu kemampuan individu dalam mengatasi situasi sulit yang dianggap sebagai ancaman dalam perkembangan pendidikan (Martin, 2013)

Salah satu faktor inti yang berperan bagi mahasiswa memiliki resiliensi yang baik adalah dukungan sosial (Reivich & Shatte, 2002). Dukungan sosial dapat membuat individu semakin tangguh ketika mengalami stres serta mencegah berkembangnya psikopatologi (Ozbay dkk., 2007). Penelitian yang dilakukan pada pelajar Russell Group University oleh (Edwards dkk., 2016) menunjukkan bahwa rendahnya resiliensi berkorelasi dengan tingginya kemalangan terkait relasi dengan orang tua atau wali mereka, sedangkan kemalangan yang rendah terkait relasi dengan orang tua ataupun wali diprediksi akan tingginya resiliensi pada anak. Friedman (2010) menyatakan bahwa dukungan keluarga merupakan suatu sikap, tindakan serta penerimaan keluarga kepada anggota keluarga yang mendukung dan selalu siap memberikan pertolongan jika diperlukan. Menurut Ruholt dkk (2015) Dukungan orang tua tidak hanya membantu *self-esteem* dan kemanjuran diri namun juga dapat menggabungkan peran emosional dalam kehidupan anak.

Di Indonesia telah terdapat beberapa studi yang menemukan adanya keterkaitan pada dukungan sosial dengan resiliensi akademik, dukungan sosial secara umum yaitu berasal keluarga, guru maupun teman sebaya (Rabiatul, Diah & Aulia, 2021; Afra, Istiqomah & Retno, 2022), namun penelitian mengenai hubungan dukungan keluarga dan resiliensi mahasiswa masih jarang ditemukan. Oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan resiliensi akademik pada mahasiswa.

METODE

Narrative review

Penelitian ini menggunakan metode *narrative review*. *Narrative literature review* adalah gabungan dari berbagai informasi suatu topik menjadi artikel yang dapat dengan mudah dipahami. Kelebihan *narrative review* yaitu menyajikan perkembangan dari kajian tertentu dan tidak mewajibkan peneliti untuk mengkritik karena bersifat hanya mengkonsolidasikan informasi. Artikel didapatkan dari pencarian database yaitu *google scholar* dan *Science Direct* yang dilakukan selama bulan Juni 2023. Kriteria artikel yang digunakan dalam penelitian ini dipilih berdasarkan kriteria yang sudah dibuat oleh penulis yaitu berbahasa Indonesia dan Inggris, dalam bentuk full text, memiliki kesesuaian isi dengan tujuan penelitian. Kata kunci yang digunakan ketika pencarian artikel atau jurnal adalah “Dukungan keluarga” dan “Resiliensi akademik”. Total artikel yang digunakan dalam studi ini adalah delapan artikel.

HASIL PENELITIAN

Resiliensi Akademik

Resiliensi akademik merupakan suatu kemampuan individu dalam menghadapi adanya kesulitan yang dianggap sebagai ancaman dalam perkembangan pendidikan (Martin, 2013). Wang, Haertel & Walberg (1998) mengubah fokus resiliensi menjadi kategori resiliensi akademik yang lebih spesifik, yang mengatakan bahwa resiliensi akademik merupakan kapasitas siswa untuk mencapai kesuksesan akademik dan sosial di lingkungan sekolah terhadap kesulitan pribadi dan lingkungan. Pendapat oleh Martin (2013) tersebut dikembangkan oleh Cassidy (2016) bahwa resiliensi akademik merupakan suatu respon kognitif, afektif serta perilaku individu terhadap kesulitan akademik. Cassidy (2016) mengungkapkan bahwa resiliensi akademik terdiri dari tiga dimensi yaitu ketekunan (*perseverance*), pencarian bantuan yang reflektif dan adaptif (*reflecting and adaptive-help-affect and emotional response features*) dan afek negatif dan respon emosional (*negative affect and emotional response features*). Individu yang memiliki resiliensi akademik dapat mengantarkan lingkungan sulit menjadi sumber motivasi dengan menjaga ekspektasi individu yang tinggi dan aspirasi, berorientasi pada tujuan serta memiliki kemampuan memecahkan masalah dan kompetensi secara sosial (Mallick & Kaur, 2016). Menurut Luthar, Cicchetti & Becker, (2000) resiliensi akademik dianggap sebagai proses perkembangan dinamis yang melibatkan kualitas protektif yang terkait dengan masing-masing individu (faktor protektif internal) dan lingkungannya (faktor protektif eksternal) yang berkontribusi pada penyesuaian dan keberhasilan akademik siswa.

Dukungan Keluarga

Friedman (2010) menyatakan bahwa dukungan keluarga adalah suatu sikap, tindakan serta penerimaan keluarga kepada anggota keluarga yang mendukung dan selalu siap memberikan pertolongan jika diperlukan. Dukungan keluarga merupakan sebuah upaya yang diberikan pada orang lain baik secara moral ataupun material untuk memotivasi individu untuk melakukan sesuatu (Sarwono, 2004). Orang tua dapat berperan sebagai motivator keberhasilan akademik sehingga orang tua dapat berperan dalam cara anak memandang akademik serta dapat menumbuhkan aspek tertentu terhadap kesejahteraan akademik mahasiswa seperti *self-efficacy*, motivasi, dan kestabilan emosional. Adanya dukungan orang tua juga dapat menyatukan peran emosional yang diberikan orang tua dalam kehidupan anak (Ruholt, 2015). Dukungan sosial yang berasal dari keluarga menjadi dukungan utama yang didasarkan pada teori *attachment* yang menyatakan bahwa kelekatan pada anak dan orang tua dapat membantu kompetensi sosial, regulasi emosi, optimisme dan kepercayaan diri (Purnama & Wahyuni, 2017). Dukungan orang tua dalam aspek pendidikan dapat berperan untuk meningkatkan rasa percaya diri anak sehingga anak dapat menyelesaikan pendidikan serta karier mereka (Turner dkk., 2003).

Dukungan Keluarga Dengan Resiliensi Akademik

Orang tua memberikan berperan besar dalam proses perkembangan anak ketika tumbuh dewasa serta menjalani kehidupan (Ruholt dkk., 2015). Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Cavazos dkk., 2010) bahwa dukungan oleh orang tua berperan penting terhadap resiliensi anak. Dukungan yang diberikan orang tua dapat meningkatkan rasa yakin pada anak (Widyastuti & Pratiwi, 2013). Kalimat penyemangat yang diberikan oleh keluarga atau orang tua memberikan dampak besar untuk membuat anak bertahan dengan masalah akademik yang sedang dihadapi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Arellano & Padilla (1996) yaitu meskipun orang tua memiliki sedikit sumber daya serta pengalaman pada bidang akademis namun orang tua dapat memberikan dukungan verbal pada anak mereka supaya dapat berhasil menjalankan pendidikannya. Taket, Nolan & Stagnitti (2014) menemukan bahwa ada empat strategi yang digunakan orang tua untuk mengembangkan kapasitas resiliensi anak yaitu memupuk kemampuan kemandirian anak, meningkatkan kompetensi anak dalam pembelajaran sosio-emosional, membangun hubungan yang mendukung dengan orang dewasa, serta menggunakan sumber daya di masyarakat. Menurut H.Li (2017) menyatakan bahwa siswa yang mendapatkan lebih banyak pengawasan orang tua dalam sebuah keluarga serta keterlibatan

aktif di sekolah dapat mengubah situasi komitmen sekolah yang rendah, sikap konflik pribadi mereka serta meningkatkan prestasi akademik mereka. Namun sebaliknya, anak yang kurang pengawasan serta dukungan orang tua yang efektif maka akan memiliki ketahanan (resiliensi) yang lebih rendah (Sanders et al., 2016, 2015). Pada penelitian Pratiwi & Kumalasari (2021) menemukan bahwa terdapat hubungan positif pada variabel dukungan orang tua dan resiliensi akademik. Hal yang sama juga ditemukan pada penelitian oleh Aini (2022) ditemukan bahwa terdapat hasil yang signifikan dan kuat antara dukungan orang tua dan resiliensi akademik pada siswa dan siswi SMP Negeri Kecamatan Ngrambe. Semakin tinggi dukungan yang diberikan oleh keluarga atau orang tua maka akan semakin tinggi tingkat resiliensi anak, sebaliknya jika semakin rendah dukungan yang diberikan oleh keluarga atau orang tua maka semakin rendah tingkat resiliensi anak.

DISKUSI

Berdasarkan penelitian sebelumnya ditemukan bahwa semakin tinggi dukungan yang didapatkan dari keluarga atau orang tua, maka akan membuat anak semakin resilien dalam akademik pendidikannya. Dalam penelitian Zuniar & Dewi (2021) dikatakan bahwa semakin besar dukungan orang tua maka dapat membuat individu merasa mendapatkan kasih sayang, perhatian, rasa percaya diri serta dukungan informasi yang lebih. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Putri (2022) yang menyatakan ada hubungan yang signifikan positif yang kuat antara dukungan keluarga (orang tua) dengan resiliensi akademik. Namun terdapat juga sedikit perbedaan pada penelitian yang dilakukan oleh Zuniar & Dewi (2021) didapatkan bahwa hubungan yang signifikan antara dukungan orang tua dan resiliensi akademik pada tingkat korelasi sedang.

SIMPULAN

Mahasiswa akan memiliki resiliensi akademik yang kuat jika mendapatkan dukungan yang tinggi pula dari keluarga. Resiliensi akademik pada individu dapat membantu dalam menghadapi dan menyelesaikan permasalahan yang terjadi pada lingkungan pendidikan. Adanya dukungan keluarga ataupun relasi yang terjalin antara orang tua dan anak akan memberikan dasar kuat untuk membantu pengembangan individu. Dukungan orang tua memberikan pengaruh positif sebagai *support system* bagi pengembangan resiliensi anak. Dorongan verbal yang diberikan oleh keluarga berkaitan dengan resiliensi akademik pada mahasiswa.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Allah SWT yang senantiasa memberikan kemudahan dan kelancaran dalam proses penelitian berlangsung. Tak lupa juga kepada Papa, mama, adik, budhe, dan teman-teman yang telah mendukung penulis selama proses penelitian ini berlangsung. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang turut serta membantu dan berkontribusi dalam penulisan naskah.

PUSTAKA ACUAN

Adhawiyah, R., Rahayu, D., & Suhesty, A. (2021). The Effect of Academic Resilience and Social Support towards Student Involvement in Online Lecture. *Gadjah Mada Journal of Psychology*, 2(2), 212-224. doi:<https://doi.org/10.22146/gamajop.68594>

- Anagnostaki, L., Pavlopoulos, V., Obradović, J., Masten, A., & Motti-Stefanidi, F. (2016). Academic Resilience Of Immigrant Youth in Greek Schools: Personal and Family Resources. *European Journal of Development Psychology, 13*(3), 377-393. doi:<https://doi.org/10.1080/17405629.2016.1168738>
- Arnett, J. J. (2006). The psychology of emerging adulthood: what is known, and what remains to be known? *Emerging Adults in America: Coming of Age in the 21st Century, 13*, 303-330. doi:<https://doi.org/10.1037/11381-013>
- Bahram Jowkar, N. K. (2011). Family communication patterns and academic resilience. *Procedia-Social and Behavioral Sciences, 29*, 87-90. doi:<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.11.210>
- Brewer, M. L., van Kessel, G., Sanderson, B., Naumann, F., Lane, M., Reubenson, A., & Carter, A. (2019). Resilience in higher education students: a scoping review. *Higher Education Research and Development, 38*(6), 1105-1120. doi:<https://doi.org/10.1080/07294360.2019.1626810>
- Burhan, Sigit, A., & Alwi, M. (2022). Pengaruh Dukungan Keluarga, Konsep Diri Akademik dan Regulasi Diri terhadap Motivasi Berprestasi Mahasiswa UPPJB-UT Makassar (Studi Pada Mahasiswa Pendas Pokjar Tana Toraja). *Cokroaminoto Journal of Primary Education, 5*(1), 69-83. doi:<https://doi.org/10.30605/cjpe.512022.1591>
- Cassidy, S. (2016). The Academic Resilience Scale (ARS-30): A New Multidimensional Construct Measure. *Frontiers in Psychology, 7*, 1-11. doi:<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01787>
- Edwards, T., Catling, J. C., & Parry, E. (2016). Identifying predictors of resilience in students. *Psychology Teaching Review, 22*(1), 26-34.
- Erwanto, A. U., Istiqomah, & Firdiyanti, R. (2022). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Yang Menempuh Skripsi. *Jurnal Psikohumanika, XIV*(2), 77-94. doi:<https://doi.org/10.31001/j.psi.v14i2.1533>
- Fang, G., Chan, P. W., & Kalogeropoulos, P. (2020). Social Support and Academic Achievement Of Chinese Low-Income Children: A Meditation Effect of Academic Resilience. *International Psychological Research, 13*(1), 19-28. doi:<https://doi.org/10.21500/20112084.4480>
- Friedman, M. (2010). *Buku Ajar Keperawatan keluarga: Riset, Teori, dan Praktek* (5 ed.). Jakarta: EGC.
- Gonzalez, R., & Padilla, A. M. (1997). The Academic Resilience of Mexican American High School Students. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences, 19*(3), 301-313. doi:<https://doi.org/10.1177/07399863970193004>
- H, L. (2013). The 'secrets' of Chinese students' academic success: academic resilience among students from highly competitive academic environments. *Educational Psychology, 37*(8), 1001-1014. doi:<https://doi.org/10.1080/01443410.2017.1322179>
- Howe, A., Smajdor, A., & Stöckl, A. (2012). Towards an understanding of resilience and its relevance to medical training. *Medical Education, 46*(6), 349-356. doi:<https://doi.org/10.1111/j.1365-2923.2011.04188.x>
- Jr, J. C., M. B., Fielding, C., Cavazos, A. G., Castro, V., & Vela, L. (2010). A Qualitative Study of Resilient Latina/o College Students. *Journal of Latinos and Education, 9*(3), 172-188. doi:<https://doi.org/10.1080/15348431003761166>

- Kariv, D., & Heiman, T. (2005). Task-oriented versus emotion-oriented coping strategies: The case of college students. *College Student Journal, 3*(2), 72-89.
- L.Turner, S., Alliman-Brisett, A., T.Lapan, R., Udipi, S., & Ergun, D. (2019). The Career-Related Parent Support Scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development, 36*(2), 83-94. doi:<https://doi.org/10.1080/07481756.2003.12069084>
- Luthar, S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development, 71*(3), 543-562. doi:<https://doi.org/10.1111/1467-8624.00164>
- Mallick, M. K., & Kaur, S. (2016). Academic Resilience among Senior Secondary School Students: Influence of Learning Environment. *Rupkatha Journal on Interdisciplinary Studies in Humanities, 8*(2), 20-27. doi:<https://doi.org/10.21659/rupkatha.v8n2.03>
- Martin, A. J. (2013). Academic buoyancy and academic resilience: Exploring 'everyday' and 'classic' resilience in the face of academic adversity. *School Psychology International, 34*(5), 488-500. doi:<https://doi.org/10.1177/0143034312472759>
- Misra, R., & Castillo, L. G. (2004). Academic stress among college students: Comparison of American and international students. *International Journal of Stress Management, 11*(2), 132-148. doi:<https://doi.org/10.1037/1072-5245.11.2.132>
- Panjaitan, S., Simanungkalit, M., Wardoyo, Y., Tuerah, F., & Roson, N. (2018). Hubungan antara dukungan keluarga inti dengan prokrastinasi akademik mahasiswa. *Jurnal Teologi & Pelayanan Kerusso, 3*(1), 24-31. doi:<https://doi.org/10.33856/kerusso.v3i1.89>
- Pratiwi, Z. R., & Kumalasari, D. (2021). Dukungan orang tua dan resiliensi akademik pada mahasiswa. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA, 13*(2), 138-147. doi:<http://doi.org/10.31289/analitika.v13i1.5482>
- Purnama, R. A., & Wahyuni, S. (2017). Kelekatan (Attachment) pada Ibu dan Ayah Dengan Kompetensi Sosial pada Remaja. *Jurnal Psikologi, 13*(1), 30-40. doi:<http://dx.doi.org/10.24014/jp.v13i1.2762>
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor: 7 Essential Skill for Overcomeing Life's*. New York: Broadway Books.
- Ruholt, R. E., Gore, J., & Dukes, K. (2015). Is Parental Support or Parental Involvement More Important for Adolescents? *Undergraduate Journal of Psychology, 28*(1), 1-8.
- Sanders, J., Munford, R., & Liebenberg, L. (2016). The Role Of Teachers In Building Resilience Of At Risk Youth. *International Journal of Educational Research, 80*, 111-123. doi:[doi:10.1016/j.ijer.2016.10.002](https://doi.org/10.1016/j.ijer.2016.10.002).
- Sanders, J., Munford, R., Thimasarn-Anwar, T., Liebenberg, L., & Ungar, M. (2015). The Role Of Positive Youth Development Practices in Building Resilience And Enhancing Wellbeing For At Risk Youth. *Child Abuse & Neglect, 46*, 40-53. doi:[doi:10.1016/j.chiabu.2015.02.006](https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2015.02.006)
- Santrock, J. W. (2010). *Life-span development* (13 ed.). Mcgraw-Hill Higher Education.
- Wang, M., Haertel, G. D., & Waelberg, H. J. (1998). *Building Educational Resilience*. Bloomington: IN: Phi Delta Kappa Education Foundation.

Widyastuti, R. J., & Pratiwi, T. I. (2013). Pengaruh self-efficacy dan dukungan sosial keluarga terhadap. *Jurnal BK Unesa*, 3(1), 231-238.