
ARTIKEL PENELITIAN

Gambaran Resiliensi Mahasiswa Penyandang Disabilitas yang Sedang Menjalani Studi Doktoral

Nilna Hauro' & Pramesti Pradna Paramita*

Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji bagaimana gambaran resiliensi mahasiswa penyandang disabilitas yang sedang menjalani studi doktoral. Penelitian ini menggunakan konsep teori Resiliensi oleh Reivich dan Shatte (2002). Resiliensi merupakan kemampuan untuk menghadapi *adversity* atau trauma dan penderitaan secara positif dan produktif. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus instrumental. Partisipan penelitian terdiri dari dua mahasiswa penyandang disabilitas yang sedang menjalani studi doktoral. Data diperoleh melalui metode wawancara dengan pedoman umum dan dokumentasi audio. Data dianalisis menggunakan analisis tematik, yang diperkuat dengan triangulasi metode dan *member checking*. Hasil penelitian menggambarkan bahwa resiliensi pada mahasiswa penyandang disabilitas program doktoral berkembang sebagai proses adaptasi psikologis dinamis melalui tujuh kemampuan psikologis saling berkaitan: regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, analisis kausal, empati, efikasi diri, dan keterbukaan mencari dukungan. Partisipan tetap bertahan dan mempertahankan keberlangsungan studi meski menghadapi tekanan akademik kompleks, keterbatasan aksesibilitas, dan pengalaman sosial yang menantang karena kemampuan mengelola respons emosional, memandang kesulitan sebagai sesuatu sementara, serta memperoleh dukungan sosial yang penting.

Kata kunci: Resiliensi, Disabilitas, Doktoral, Mahasiswa.

ABSTRACT

This study aims to examine the resilience of students with disabilities who are pursuing doctoral degrees. This study employs the concept of resilience theory proposed by Reivich and Shatte (2002). Resilience is the ability to cope with adversity, trauma, and suffering in a positive and productive manner. This study employs a qualitative method using an instrumental case study approach. The study participants consisted of two students with disabilities currently pursuing doctoral studies. Data were collected through interviews using a general guide and audio recordings. The data were analyzed using thematic analysis, supplemented by methodological triangulation and member checking. The results illustrate that resilience among doctoral students with disabilities develops as a dynamic psychological adaptation process through seven interrelated psychological abilities: emotional regulation, impulse control, optimism, causal analysis, empathy, self-efficacy, and openness to seeking support. Participants persisted and maintained their academic progress despite facing complex academic pressures, accessibility limitations, and challenging social experiences because of their ability to manage emotional responses, view difficulties as temporary, and obtain essential social support.

Keywords: *Resilience, Students, Disabilities, Doctoral.*

PENDAHULUAN

Negara menjamin dan mengakui keberadaan penyandang disabilitas, termasuk dalam pemenuhan hak untuk berpartisipasi secara setara dalam kehidupan sosial. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2016 menyebutkan bahwa penyandang disabilitas merupakan individu yang memiliki keterbatasan fisik, intelektual, mental, dan/atau sensorik dalam jangka waktu lama yang dapat menimbulkan hambatan dalam berinteraksi dengan lingkungan. Jaminan tersebut menegaskan bahwa penyandang disabilitas memiliki hak yang sama sebagai warga negara, termasuk dalam memperoleh kesempatan untuk berkembang dan berpartisipasi secara penuh dalam berbagai aspek kehidupan.

Hak penyandang disabilitas dalam bidang pendidikan diatur secara khusus dalam Pasal 10 Undang-Undang Nomor 8 Tahun 2016, yang menegaskan bahwa setiap individu berhak memperoleh pendidikan yang bermutu pada seluruh jalur dan jenjang pendidikan, baik secara inklusif maupun khusus. Penyandang disabilitas juga berhak memperoleh akomodasi yang layak agar dapat mengikuti proses pembelajaran secara optimal. Ketentuan ini membuka peluang yang setara bagi penyandang disabilitas untuk mengakses pendidikan tinggi, termasuk pada jenjang yang lebih lanjut (Republik Indonesia, 2016, Pasal 10).

Pendidikan di perguruan tinggi mencakup berbagai program, di antaranya program sarjana, vokasi, pendidikan profesi, serta program pascasarjana yang meliputi jenjang magister dan doktor, yang masing-masing memiliki karakteristik tersendiri (Republik Indonesia, 2012). Pada jenjang pascasarjana, khususnya program doktoral, tuntutan kemandirian akademik, intensitas intelektual, serta kompleksitas interaksi akademik yang tinggi dapat menghadirkan tantangan yang lebih besar bagi mahasiswa. Kompleksitas tersebut dapat menjadi tantangan tersendiri bagi mahasiswa, terutama bagi mahasiswa penyandang disabilitas yang masih menghadapi keterbatasan akses, dukungan institusi, serta respons lingkungan akademik yang belum sepenuhnya inklusif (Mir & Waheed, 2022). Paramita dkk., (2024) juga menemukan adanya hambatan yang terus menerus terhadap inklusi, termasuk pelatihan guru yang terbatas, infrastruktur yang tidak memadai, dan stigma masyarakat.

Mahasiswa dengan disabilitas merupakan sub populasi yang semakin meningkat dalam pendidikan tinggi. Pada tahun 2019-2020, sebanyak 21% mahasiswa sarjana dan 11% mahasiswa pascasarjana di Amerika melaporkan memiliki kondisi disabilitas (Postsecondary National Policy Institute, 2025). Tren serupa juga terlihat di Australia, di mana 13,5% mahasiswa melaporkan kondisi disabilitas pada tahun 2024, meningkat dari 12,7% pada tahun sebelumnya (Australian Centre for Student Equity and Success, 2025). Namun demikian, data yang secara spesifik menggambarkan prevalensi mahasiswa disabilitas pada jenjang doktoral masih sangat terbatas. Di Indonesia sendiri, data mengenai mahasiswa disabilitas di perguruan tinggi masih minim, dengan hanya 401 mahasiswa disabilitas yang tercatat dari 152 perguruan tinggi yang melaporkan pada tahun 2017 (Direktorat Pembelajaran kemenristekdikti dalam Panduan layanan disabilitas di perguruan tinggi, 2017 dalam Cahyati, 2021).

Percy (2014) dalam Hendriani (2017) mengemukakan bahwa studi doktoral merupakan salah satu tahapan yang paling menantang dalam perjalanan akademik seseorang. Kondisi tersebut dapat terjadi karena adanya tuntutan yang dihadapi oleh mahasiswa doktoral, serta berbagai macam penyebab lain, yang diantaranya adalah, adanya keharusan mahasiswa doktoral menulis laporan penelitian dengan standar tinggi dan menghasilkan artikel ilmiah yang dipublikasikan (Sivakumaren, 2014 dalam Hendriani, 2017), Pyhalto, dkk, (2012) dalam Hendriani (2017) juga menyebutkan pemicu *stress* pada mahasiswa doktoral adalah terdapat permasalahan sumber daya serta hambatan dalam proses pembimbingan, terdapat pula adanya tuntutan pada kualitas penelitian (Golde and Gallagher, 1999; Bireda, 2015 dalam Hendriani, 2017), serta berbagai stresor yang terkait kondisi psikososial seperti adanya benturan tuntutan antara studi dengan keluarga dan pekerjaan.

Hendriani (2017) menemukan bahwa mahasiswa doktoral menghadapi berbagai pengalaman yang

menantang selama proses studi, seperti kesulitan dalam mengatur waktu antara peran akademik dan pekerjaan, permasalahan dengan pembimbing dan penguji, serta kendala dalam pelaksanaan penelitian. Pola ini sejalan dengan pemetaan stresor akademik dan interpersonal dalam konteks pendidikan doctoral di Indonesia, yang juga menyoroti konflik dengan pembimbing dan beban tugas belajar sebagai sumber tekanan yang dominan (Wahidah dkk., 2023). Penelitian Aldhi dkk., (2026) menunjukkan bahwa berbagai hambatan dalam regulasi diri, seperti disorganisasi dan prokrastinasi akademik, berkontribusi terhadap penurunan performa akademik mahasiswa. Dari konteks yang lebih luas, van Rooij dkk., (2021) bahkan menunjukkan bahwa tingkat putus studi doctoral dapat mencapai 33–70%, dengan beban kerja yang tinggi menjadi satu-satunya faktor yang secara konsisten berhubungan dengan kepuasan, kemajuan studi, maupun niat berhenti dari program doctoral.

Temuan empiris menunjukkan bahwa mahasiswa doctoral memiliki kerentanan terhadap masalah kesehatan mental, di mana sebanyak 6,7% mahasiswa PhD di Swedia menerima diagnosis atau pengobatan untuk depresi dalam satu tahun tertentu, angka yang lebih tinggi dibandingkan lulusan magister yang tidak melanjutkan studi ke jenjang doctoral (5,6%) (Keloharju dkk., 2024). Temuan ini konsisten dengan hasil penelitian Vilser dkk., (2024) di Jerman, yang mendapati bahwa 39–47% mahasiswa PhD mengalami kecemasan dan depresi sebagai konsekuensi dari ketidakseimbangan antara usaha yang dicurahkan dan imbalan yang diterima selama masa studi. Meskipun demikian, tidak seluruh mahasiswa doctoral mengalami dampak negatif yang sama.

Tantangan tersebut tidak hanya berimplikasi pada kesulitan akademik, tetapi juga dapat mendorong berkembangnya kemampuan individu dalam mengelola tekanan, membangun strategi pemecahan masalah, serta mempertahankan komitmen terhadap penyelesaian studi (Hazell dkk., 2020). Kondisi ini menunjukkan bahwa di balik berbagai tuntutan yang dihadapi, mahasiswa doctoral memiliki potensi untuk beradaptasi dan berkembang dalam menghadapi dinamika studi yang kompleks. Sebagian mahasiswa doctoral tetap mampu bertahan dan mengembangkan strategi coping dalam menghadapi tekanan akademik yang tinggi, seperti regulasi diri dan pemanfaatan dukungan sosial (Kokotsaki, 2023).

Tuntutan akademik yang kompleks tersebut berpotensi menjadi lebih menantang bagi mahasiswa dengan disabilitas, mengingat adanya perbedaan kondisi dan kebutuhan dibandingkan mahasiswa pada umumnya. penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa doctoral dengan disabilitas masih menghadapi berbagai hambatan, seperti praktik *ableism*, keterbatasan akses, serta kendala dalam sistem akademik yang belum sepenuhnya inklusif (Ressa & Danforth, 2023). Selain itu, mahasiswa doctoral dengan disabilitas juga menghadapi tantangan dalam relasi dengan pembimbing, akses terhadap layanan pendukung, serta pemenuhan kebutuhan belajar yang spesifik selama proses studi (O'Connor dkk., 2024). Pengalaman mahasiswa doctoral dengan disabilitas menunjukkan adanya hambatan struktural dan administratif, seperti proses birokrasi yang panjang dalam memperoleh dukungan, keterbatasan akses fisik, serta kebijakan institusi yang belum sepenuhnya fleksibel dalam mengakomodasi kebutuhan individu (Hannam-Swain, 2018). Hambatan tersebut tidak hanya bersumber dari kondisi individu, tetapi juga dari sistem pendidikan yang belum sepenuhnya inklusif.

Gambaran *adversity* yang dihadapi mahasiswa penyandang disabilitas dalam menempuh studi doctoral di Indonesia tidak selalu berbentuk tunggal, melainkan berlapis dan saling terkait antara aspek fisik, psikologis, hingga sosial-institusional. Sebagaimana tergambar dari data awal yang peneliti himpun melalui wawancara awal dengan sejumlah responden sebelum memasuki proses penelitian lebih lanjut, terdapat beragam bentuk *adversity* yang dihadapi mahasiswa doctoral penyandang disabilitas, yang meski berbeda-beda bentuknya, sama-sama menuntut penyesuaian berkelanjutan sepanjang menjalani studi. Sebagian responden wawancara awal menyampaikan bahwa mereka harus menjalani perkuliahan sembari bergulat dengan kondisi kesehatan kompleks yang muncul secara tidak terprediksi, aksesibilitas fakultas yang belum sepenuhnya inklusif, ketidakadilan administratif dari institusi, serta kegagalan pada tahap awal seleksi beasiswa yang berada di luar kendalinya, sembari menyeimbangkan seluruh tekanan tersebut dengan tanggung jawab keluarga di usia paruh baya. Di sisi lain, terdapat pula responden yang masih membawa trauma dari pengalaman diskriminasi dan

perundungan verbal sejak jenjang sarjana, yang turut memengaruhi kondisi psikologisnya hingga ke jenjang doktoral, diperberat oleh rasa rendah diri karena kesenjangan status profesional dengan teman seangkatan, serta keterbatasan fisik akibat kondisi disabilitas fisiknya yang menuntut penyesuaian aksesibilitas dalam rutinitas perkuliahan. Selain itu, ditemukan pula gambaran dari responden lain dengan kondisi disabilitas fisik yang kerap mengalami kesulitan dalam aksesibilitas seperti toilet dan ruang kelas yang belum sepenuhnya inklusif, sehingga harus menggunakan fasilitas yang sudah aksesibel pada fakultas lain. Gambaran awal dari hasil wawancara pendahuluan ini menunjukkan bahwa *adversity* yang dihadapi mahasiswa doktoral penyandang disabilitas tidak semata bersumber dari kondisi tubuh semata, melainkan juga dari sistem, institusi, dan lingkungan sosial di sekitarnya.

Di sisi lain, mahasiswa dengan disabilitas tetap dapat menunjukkan keterlibatan dalam studi serta memanfaatkan dukungan yang tersedia untuk menunjang proses akademik mereka (Scruggs dkk., 2021). Peterson dan Saia (2022) menemukan bahwa keberhasilan mahasiswa doktoral penyandang disabilitas ditopang oleh beberapa strategi kunci, di antaranya mendefinisikan identitas budaya pribadi secara positif, menganggap identitas interseksional sebagai sumber ketahanan, bukan sekadar beban serta kemampuan menavigasi sistem dan situasi, serta pemanfaatan sumber daya seperti mentor, dosen suportif, dan komunitas budaya. Perera dkk. (2025) menemukan strategi serupa berupa komunikasi aktif dengan fakultas, pemanfaatan layanan pendukung disabilitas kampus, serta faktor personal seperti kesabaran dan kemampuan beradaptasi. Kemampuan untuk tetap bertahan dan beradaptasi secara positif di tengah tekanan yang berlapis inilah yang dalam kajian psikologi dikenal sebagai resiliensi, yakni kemampuan individu untuk menghadapi dan mengelola kesulitan melalui proses adaptasi positif serta pemanfaatan sumber daya yang dimiliki (Scheffers dkk., 2023). Keberadaan tantangan yang kompleks serta upaya individu dalam menyesuaikan diri tersebut menunjukkan pentingnya memahami gambaran resiliensi pada mahasiswa penyandang disabilitas yang sedang menjalani studi doktoral.

Mahasiswa penyandang disabilitas pada jenjang doktoral, tidak hanya berada dalam posisi menerima tekanan, tetapi juga dituntut untuk mampu bertahan dan menyesuaikan diri agar dapat melanjutkan studi. Kemampuan untuk bertahan dan beradaptasi dalam situasi yang penuh tantangan tersebut merupakan bagian dari konsep resiliensi. Resiliensi dipahami sebagai kemampuan individu untuk menghadapi dan mengelola kesulitan melalui proses adaptasi yang positif serta pemanfaatan sumber daya yang dimiliki (Scheffers dkk., 2023). Individu penyandang disabilitas dengan tingkat resiliensi yang baik cenderung mampu mempertahankan keberfungsian psikologis, tetap memiliki harapan, serta menunjukkan motivasi dalam menjalani kehidupan sehari-hari dan proses pembelajaran. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa resiliensi berperan dalam membuka peluang bagi individu dengan disabilitas untuk mencapai kualitas hidup yang lebih baik, baik secara fisik maupun psikologis (Nurhayati dkk., 2023).

Resiliensi dalam penelitian ini dipahami sebagai kemampuan individu untuk tetap bertahan, mengelola tekanan, serta menyesuaikan diri secara positif ketika menghadapi situasi yang sulit atau penuh tantangan (Reivich & Shatté, 2002). Kemampuan ini tidak hanya berkaitan dengan cara seseorang mengatasi masalah, tetapi juga bagaimana individu dapat tetap menjalankan fungsi psikologisnya dan melanjutkan aktivitas kehidupan secara adaptif di tengah kondisi yang tidak ideal. Pada konteks penyandang disabilitas, resiliensi menjadi hal yang penting karena individu tidak hanya menghadapi tuntutan akademik seperti mahasiswa pada umumnya, tetapi juga berbagai hambatan tambahan yang berkaitan dengan akses, lingkungan, maupun dukungan sosial. Resiliensi membantu individu untuk tetap mampu beradaptasi, mempertahankan motivasi, dan melanjutkan proses studi meskipun terdapat keterbatasan yang dihadapi (Hendriani, 2018). Dengan demikian, resiliensi tidak hanya dipahami sebagai kemampuan untuk bertahan, tetapi juga sebagai proses adaptif yang memungkinkan individu untuk tetap berkembang dalam situasi yang menantang.

Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai bagaimana resiliensi dibangun dan ditunjukkan oleh mahasiswa penyandang disabilitas pada jenjang doktoral, sebagai dasar untuk mendukung pengembangan lingkungan pendidikan tinggi

yang lebih inklusif dan responsif terhadap kebutuhan mereka.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan metode kualitatif *Case Study* (Studi Kasus). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif dengan menggunakan tipe penelitian studi kasus instrumental, studi kasus instrumetal pada penelitian ini didasarkan pada suatu kasus unik tertentu, dilakukan untuk memahami isu dengan lebih baik, juga untuk mengembangkan, memperhalus teori. (Poerwandari, 2017).

Partisipan

Teknik yang digunakan dalam penelitian ini untuk memilih subjek dalam *non-probability sampling*, salah satunya adalah *purposive sampling*, yang dilakukan dengan sengaja untuk mendapatkan sampel yang sesuai dengan fokus dan topik penelitian, sehingga dapat dilakukan eksplorasi dan mendapatkan informasi mendalam yang diperlukan dalam penelitian (Ritchie & Lewis, 2003). Salah satu pendekatan dari *purposive sampling* adalah *criterion based sampling*, yaitu sampel dipilih berdasarkan kriteria atau karakteristik tertentu yang sudah ditentukan (Ritchie & Lewis, 2003).

Kriteria subjek atau partisipan yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah 1) Mahasiswa aktif program doktoral penyandang disabilitas, yaitu individu yang sedang menempuh studi doktoral dan memiliki kondisi disabilitas atau kebutuhan khusus 2) Jenis disabilitas teridentifikasi secara jelas jenis dan karakteristiknya, yakni *cerebral palsy* dan autoimun 3) Telah menempuh studi minimal setengah dari masa studi normal program 4) Mengalami *adversity* selama studi doktoral, baik yang bersumber dari internal (kondisi disabilitas atau tekanan psikologis pribadi) maupun eksternal (relasi dengan dosen pembimbing, tuntutan akademik, atau diskriminasi sosial) 5) Menjalani program doktoral secara luring atau *offline* 6) Menyatakan kesediaan secara tertulis untuk terlibat dalam penelitian ini sebagai bentuk persetujuan mengikuti seluruh rangkaian penelitian 7) Memiliki kemampuan komunikasi verbal yang memadai untuk mengungkapkan pengalaman, pemikiran, dan perasaan secara jelas serta mampu berpartisipasi aktif dalam proses wawancara mendalam. Didapatkan total tiga partisipan dengan kriteria yang sesuai.

Teknik Penggalan Data

Teknik penggalan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode wawancara. Tipe wawancara yang dipilih adalah wawancara semi terstruktur. Wawancara ini dimulai dari isu yang dicakup dalam pedoman wawancara, pedoman wawancara menjamin peneliti dapat mengumpulkan jenis data yang sama dari partisipan, antar partisipan memiliki sekuensi pertanyaan yang tidak sama, bergantung pada proses wawancara dan jawaban tiap individu. Selama proses wawancara berlangsung, peneliti akan mendokumentasikan proses wawancara melalui *voice recorder* pada *handphone* serta alat pencatatan seperti laptop maupun alat tulis lain. Sebelum wawancara dimulai, peneliti akan mempersiapkan *informed consent* yang bertujuan untuk memastikan keamanan data yang diberikan oleh subjek.

Teknik Pengorganisasian dan Analisis Data

Data yang didapatkan dari penelitian kualitatif menggunakan metode wawancara berupa rekaman audio yang kemudian diubah menjadi transkrip wawancara atau verbatim. kemudian akan dikelompokkan agar peneliti mudah dalam melakukan analisis. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis tematik. Analisis tematik merupakan metode yang digunakan untuk mengidentifikasi, menganalisis, dan melaporkan pola (tema) dalam data (Braun & Clark, 2006). Penelitian ini menggunakan analisis data tematik deduktif atau *theory-driven*, sehingga peneliti

membuat tema-tema berdasarkan teori yang menjadi dasar penelitian ini, yakni teori faktor resiliensi milik Reivich dan Shatte (2003).

Teknik Kredibilitas Penelitian

Penelitian ini menggunakan triangulasi sebagai teknik pemantapan kredibilitas. Triangulasi mengacu pada upaya untuk mengambil sumber-sumber data yang berbeda, dengan cara yang berbeda, untuk memperoleh kejelasan mengenai suatu hal tertentu. Data dari berbagai sumber yang berbeda tersebut dapat digunakan untuk mengelaborasi dan memperkaya penelitian, dengan memperoleh data dari sumber yang berbeda, dengan teknik pengumpulan yang berbeda, akan menguatkan derajat manfaat studi pada setting yang berbeda pula (Marshall & Rossman, 1995 dalam Poerwandari 2017). Penelitian ini akan menggunakan beberapa sumber data dari narasumber yang berbeda, melakukan lebih dari satu kali wawancara pada masing-masing subjek, dan melakukan *probbing* pada pertanyaan yang masih ambigu. Penelitian ini juga menggunakan *member checking* untuk meningkatkan kredibilitas hasil penelitian, Creswell (2021) menyatakan penggunaan *member checking* dilakukan dengan memberikan temuan atau tema sementara penelitian agar dapat diverifikasi oleh subjek dan dilakukan revisi apabila diperlukan.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian ini menggambarkan resiliensi mahasiswa penyandang disabilitas yang menjalani studi doktoral, mereka memiliki kemampuan resiliensi yang terbentuk melalui proses menghadapi berbagai tuntutan akademik, hambatan struktural, serta dinamika sosial selama menempuh pendidikan. Kondisi studi doktoral yang kompleks, ditambah dengan keterbatasan akses dan respons lingkungan yang belum sepenuhnya inklusif, memunculkan tekanan psikologis yang beragam. Namun demikian, situasi tersebut justru mendorong partisipan untuk mengembangkan cara bertahan, beradaptasi, serta memaknai pengalaman secara lebih konstruktif.

Partisipan menunjukkan kemampuan untuk mengelola emosi secara adaptif, mengendalikan dorongan impulsif, serta tetap mempertahankan komitmen terhadap tujuan akademik yang dimiliki. Tantangan yang dihadapi tidak dimaknai sebagai hambatan yang menghentikan proses studi, melainkan sebagai bagian dari perjalanan yang harus dilalui. Cara pandang ini didukung oleh kemampuan dalam melakukan evaluasi terhadap penyebab permasalahan, membedakan faktor yang dapat dan tidak dapat dikendalikan, serta mempertahankan harapan positif terhadap proses maupun hasil yang akan dicapai. Selain itu, pengalaman sebagai penyandang disabilitas turut membentuk kepekaan sosial partisipan dalam memahami perspektif orang lain, yang berperan dalam membangun relasi akademik yang lebih adaptif.

Resiliensi pada partisipan juga diperkuat oleh keyakinan terhadap kemampuan diri serta keterbukaan dalam mencari dukungan dari lingkungan. Partisipan secara aktif mengkomunikasikan kebutuhan, membangun jejaring sosial, serta memanfaatkan peluang yang ada sebagai bagian dari strategi untuk tetap bertahan dan berkembang. Ketujuh aspek resiliensi yang meliputi regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, analisis kausal, empati, efikasi diri, dan reaching out tidak muncul secara terpisah, melainkan saling berinteraksi dan membentuk pola adaptasi yang utuh dalam menghadapi berbagai tantangan selama studi doktoral.

Berikut bagan gambaran resiliensi partisipan:

GAMBARAN RESILIENSI

PARTISIPAN 1 / APR

“Resiliensi bukan berarti selalu stabil atau semua kapasitas hadir merata, tetapi kemampuan menyesuaikan diri secara dinamis untuk tetap melangkah menuju tujuan studi.”

AKAR PENGALAMAN HIDUP (membentuk dasar resiliensi)

Kondisi kesehatan tidak stabil (autoimun: Sjogren Syndrome dan Rheumatoid Arthritis sejak 2019, gejala tidak dapat diprediksi)

Pernah rawat inap > 1 bulan dan berada di titik tidak sanggup menanggung rasa sakit

Dinamika relasi pertemanan yang tidak sesuai harapan

Komitmen akademik kuat: seluruh tahapan tepat waktu, publikasi Q2 & Q4, menunggu ujian tertutup

KETERANGAN PANAH (sesuai warna)

- Pengaruh kuat / dominan (kapasitas utama menanggapi adaptasi)
- Pengaruh kuat (berperan besar menjaga keberlangsungan)
- Pengaruh sedang (berkontribusi penting namun situasional)
- Pengaruh lebih rendah (tidak selalu muncul kuat)
- Saling memengaruhi (interaksi dinamis antar kapasitas)

1. CAUSAL ANALYSIS

Paling dominan / pengaruh sangat kuat

- Evaluasi dari faktor internal terlebih dahulu
- Bedakan hal yang dapat & tidak dapat dikendalikan
- Antisipasi: mempersiapkan tahap berikutnya sebelum tahap berjalan selesai
- Strategi sangat terstruktur: hyperlink referensi, rekam dosen, revisi paper inisiatif sendiri
- Tidak menyalahkan atau menyimpulkan negatif secara otomatis
- Membantu menentukan langkah perbaikan lebih cepat

2. SELF-EFFICACY

Pengaruh kuat

- Prinsip hidup: “yang dimulai harus selesai”
- Tetap on schedule meski kondisi kesehatan sangat tidak menentu
- Sadar keterbatasan, namun tetap yakin mampu menyelesaikan studi
- Sangat serius terhadap komitmen (meminta asisten melanjutkan riset bila tidak mampu)
- Kepercayaan pada proses & usaha yang sungguh-sungguh

HASIL UTAMA

- Mampu menyelesaikan seluruh tahapan studi tepat waktu
- Publikasi di jurnal internasional Q2 & Q4
- Regulasi emosi adaptif & terkelola berdasarkan refleksi personal
- Mampu berpikir jernih & realistis saat tekanan
- Menentukan strategi adaptasi yang efektif
- Tetap konsisten pada tujuan studi
- Meski kondisi kesehatan tidak stabil
- Terus bertumbuh, belajar, dan tidak menyimpan kepayahan

4. EMOTION REGULATION

Pengaruh sedang

- Emosi dominan: sedih & kecewa (terutama terkait pertemanan)
- Menulis diam, tenang, dan refleksi diri
- Sumber pemulihan: membaca buku spiritual & kesadaran diri (mis. Chicken Soup for the Soul, Quantum Ikhlas, Eric Fromm)
- Menangis sebagai pelepasan emosi adaptif secara ilmiah
- Spiritualitas & refleksi personal sebagai ruang pemulihan

5. OPTIMISM

Pengaruh sedang

- Memandang proses studi secara realistis
- Mengakui keterbatasan, lalu mencari strategi untuk mengatasinya
- Percaya keterbatasan masih dapat diatasi
- Kepercayaan kuat pada kompetensi dosen & proses bimbingan
- Optimisme berbasis tindakan, bukan sekadar harapan

ADAPTASI & PERTUMBUHAN

- Menerapkan pola evaluasi diri sebelum menyalahkan faktor eksternal
- Mengembangkan strategi kerja yang sesuai dengan keterbatasan diri
- Membangun kepercayaan pada kompetensi dosen & proses akademik
- Menetapkan batas dalam relasi sosial yang tidak sehat
- Memanfaatkan refleksi, spiritualitas, dan membaca sebagai pemulihan
- Menjaga keseimbangan antara komitmen dan penerimaan kondisi diri

6. IMPULSE CONTROL

Pengaruh kuat - menengah

- Tidak impulsif terhadap situasi menyakitkan
- Follow up dosen dengan format lebih terstruktur
- Menyampaikan keberatan secara formal (surat ke Rektor) tanpa menyimpan kepayahan
- Menangis sebagai pelepasan emosi adaptif, bukan kelemahan
- Suami mencatat: selama S3 menjadi lebih sabar & lebih tenang

7. EMPATHY

Pengaruh lebih rendah

- Memahami perspektif orang lain
- Aktif membantu teman yang kesulitan & berbagi informasi
- Memiliki batas: membantu ketika mampu, menarik diri jika tidak dihargai

6. REACHING OUT

Pengaruh sedang - lemah

- Selektif dalam meminta bantuan
- Mengandalkan dosen pembimbing yang dipercaya, suami, dan asisten
- Mempersiapkan diri sebaik mungkin sebelum bertemu dosen (materi & poin diskusi dikirim terlebih dahulu)
- Memaksimalkan waktu pertemuan singkat secara efektif

FAKTOR PENDUKUNG (PROTEKTIF)

- Lingkungan keluarga (suami suportif)
- Dosen pembimbing yang dipercaya
- Asisten yang memahami perjalanan riset sejak awal
- Kebiasaan membaca, refleksi, & spiritualitas
- Disiplin, manajemen waktu, dan komitmen pribadi yang kuat

“Resiliensi Partisipan 1 tampak sebagai proses penyesuaian yang dinamis, di mana kapasitas yang lebih kuat (misalnya analisis kausal dan keyakinan diri) menopang ketika kapasitas lain sedang rentan.”

GAMBARAN RESILIENSI

PARTISIPAN 2 / NS

“Pengalaman sulit tidak selalu hilang dari ingatan, tetapi dapat diolah menjadi sumber kekuatan untuk terus berkembang dan membuktikan kemampuan diri.”

AKAR PENGALAMAN HIDUP (membentuk dasar resiliensi)

Pengalaman perundungan dan dipandang sebelah mata sejak masa pendidikan sebelumnya

Pengalaman ketidakadilan akademik dan relasi yang kurang suportif dengan dosen pada masa S1

Pola asuh ayah berlatar belakang militer yang menantang kemandirian

Prinsip bahwa kebanyakan merupakan tanggung jawab diri sendiri

Pendampingan Koordinator AIL sejak S1 yang membantu membangun perspektif baru

Keterlibatan dalam komunitas spiritual sejak akhir S1

KETERANGAN PANAH (sesuai warna)

- Pengaruh sangat dominan (kapasitas utama menanggapi adaptasi)
- Pengaruh kuat (berperan besar menjaga keberlangsungan)
- Pengaruh sedang (berkontribusi penting namun situasional)
- Pengaruh lebih rendah (tidak selalu muncul kuat)
- Saling memengaruhi (interaksi dinamis antar kapasitas)

1. OPTIMISM

Paling dominan / pengaruh sangat kuat

- Memaknai pengalaman perundungan sebagai dorongan berkembang
- Meyakini bahwa keberhasilan dapat menjadi bentuk pembuktian diri
- Melihat kegagalan sebagai jalan menuju sesuatu yang lebih baik
- Memiliki keyakinan bahwa Allah memberikan hasil terbaik
- Memportalkan harapan terhadap masa depan akademik
- “Dendam positif” menjadi energi untuk terus maju

2. EMOTION REGULATION

Pengaruh kuat

- Mengubah rasa sakit dan kekecewaan menjadi motivasi berprestasi
- Menjaga kestabilan emosi melalui aktivitas spiritual
- Aktif dalam komunitas dhuha, tahajud, dan sedekah subuh
- Menjadikan spiritualitas sebagai sumber pemulihan yang konsisten
- Tetap mampu menjalankan studi meskipun kecemasan masih sesekali muncul

HASIL UTAMA

- Mampu mempertahankan keberlanjutan studi doktoral
- Tetap bertahan meskipun pengalaman negatif masa lalu masih membekas
- Mengembangkan strategi adaptasi yang sesuai dengan kebutuhan diri
- Mampu mengubah pengalaman menyakitkan menjadi sumber motivasi
- Memiliki sistem pemulihan berbasis spiritualitas yang konsisten
- Menjaga komitmen akademik di tengah berbagai hambatan

3. IMPULSE CONTROL

Pengaruh kuat

- Tidak memberikan kelelahan berkembang menjadi inspirasi menyebarkan
- Memberikan jeda sementara tanpa meninggalkan tanggung jawab akademik
- Menggunakan stimulus visual untuk membangkitkan motivasi belajar
- Mengembangkan strategi belajar sesuai karakteristik diri
- Mampu kembali fokus setelah mengalami kejenuhan

7. EMPATHY

Pengaruh lebih rendah

- Memahami kesulitan orang lain berdasarkan pengalaman pribadi
- Menunjukkan kepedulian dalam bentuk pemberdayaan
- Memiliki batas yang jelas dalam menerima keluhan orang lain
- Tidak ingin terjebak dalam hubungan yang hanya berisi keluhan
- Mendorong orang lain untuk menghadapi masalah secara aktif

ADAPTASI & PERTUMBUHAN

- Mengubah makna perundungan menjadi dorongan berkembang
- Mengembangkan cara pandang yang lebih sehat terhadap relasi akademik
- Membangun strategi motivasi yang sesuai dengan karakteristik pribadi
- Mengintegrasikan spiritualitas sebagai sumber pemulihan
- Memperkuat keyakinan diri melalui praktik scripting
- Belajar memilih sumber dukungan yang aman dan terpercaya
- Mengembangkan batas yang lebih sehat dalam hubungan sosial

4. SELF-EFFICACY

Pengaruh sedang

- Memiliki keyakinan mampu menyelesaikan studi doktoral
- Melakukan scripting harian untuk memperkuat keyakinan diri
- Berupaya membuktikan kemampuan melalui pencapaian akademik
- Tidak memandang kegagalan sebagai bukti ketidakmampuan
- Mengertahkan kepercayaan pada kapasitas diri

5. CAUSAL ANALYSIS

Pengaruh sedang

- Melakukan evaluasi diri sebelum menyalahkan faktor eksternal
- Menganalisis penyebab hambatan secara reflektif
- Mempertimbangkan perspektif dosen dalam proses bimbingan
- Menyusun strategi komunikasi akademik
- Menggunakan jeda untuk memperoleh perspektif baru

6. REACHING OUT

Pengaruh sedang - lebih rendah

- Mencari bantuan dari orang-orang yang dipercaya
- Mengandalkan volunteer dan pendamping yang memberikan rasa aman
- Selektif dalam membangun relasi pendukung
- Memikirkan risiko merepotkan orang lain sebelum meminta bantuan
- Proses mencari bantuan dilakukan secara hati-hati dan terencana

FAKTOR PENDUKUNG (PROTEKTIF)

- Koordinator AIL yang mendampingi sejak S1
- Volunteer yang dipercaya
- Komunitas dhuha, tahajud, dan sedekah subuh
- Keyakinan spiritual yang kuat
- Kebiasaan scripting dan refleksi diri
- Lingkungan yang memberikan rasa aman
- Pengalaman keberhasilan akademik yang memperkuat keyakinan diri

“Resiliensi Partisipan 2 berkembang melalui keyakinan bahwa pengalaman buruk dapat menghasilkan masa depan yang lebih baik, serta melalui pengelolaan diri secara sadar agar tetap terus bergerak maju.”

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana gambaran resiliensi terbentuk dan berjalan pada mahasiswa penyandang disabilitas yang menempuh program doktoral. Kedua partisipan berhasil mempertahankan keberlangsungan studi meskipun menghadapi tekanan yang kompleks, seperti hambatan aksesibilitas, kondisi fisik yang tidak menentu, keterbatasan dukungan sosial, hingga tuntutan akademik yang tinggi. Resiliensi yang keduanya tunjukkan tidak muncul sebagai kondisi yang stabil dan bebas dari kesulitan, melainkan sebagai proses adaptasi psikologis yang terus berkembang seiring dengan tantangan yang dihadapi.

Kemampuan mengelola emosi dari kedua partisipan terlihat ketika mereka menghadapi situasi yang secara objektif penuh tekanan, namun keduanya tidak membiarkan kondisi emosional yang tidak stabil menghentikan tanggung jawab akademik mereka. Temuan menarik adalah cara masing-masing partisipan mengelola emosinya sangat mencerminkan apa yang telah mereka lalui. APR, yang mengidap autoimun dengan gejala yang tidak terprediksi, menjalani regulasi emosi sebagai praktik yang aktif dan disengaja, ia membaca buku-buku tentang kesadaran diri, berdzikir sebelum ujian, dan secara sadar memilih diam dan menyendiri ketika kondisi emosionalnya tidak stabil. NS mengenali emosinya dengan baik dan memiliki strategi yang kreatif untuk menggerakkan diri kembali, termasuk pendekatan visual dalam mengerjakan revisi menggunakan *sticky notes* dan pena berwarna-warni. Gross (2015) menjelaskan bahwa regulasi emosi yang efektif melibatkan kemampuan memaknai ulang situasi sulit sehingga fungsi psikologis tetap terjaga, dan kedua partisipan menunjukkan hal tersebut meski melalui cara yang berbeda-beda.

Kemampuan *impulse control* juga menjadi hal penting yang memungkinkan keduanya tidak menyerah meski kondisi tidak selalu mendukung. Tidak ada dari kedua partisipan yang pernah benar-benar mempertimbangkan untuk berhenti dari studi. Ketika lelah atau jenuh muncul, mereka cenderung mengambil jeda sejenak sebelum kembali ke tanggung jawab akademik yang dimiliki. Sikap ini mencerminkan *impulse control* yang didefinisikan oleh Reivich dan Shatté (2002) sebagai kemampuan mengelola dorongan sesaat agar tidak memperburuk situasi jangka panjang. Pada APR, dorongan untuk berhenti pernah muncul seiring memburuknya kondisi fisik, namun segera diredam oleh kesadaran bahwa berhenti justru akan memperpanjang tekanan yang ia rasakan. Pada NS, dorongan untuk menunda tugas yang sulit diatasi dengan cara memancing motivasi belajarnya kembali secara visual, alih-alih menghindarinya sepenuhnya.

Optimisme kedua partisipan berkembang bukan sebagai penyangkalan atas kesulitan yang ada, melainkan sebagai cara pandang yang memungkinkan mereka tetap melihat makna di balik proses yang berat. APR menunjukkan optimisme dengan pernah berada di titik yang sangat putus asa akibat kondisi kesehatannya, namun optimisme itu kembali ditemukan melalui bacaan, dukungan promotor, dan keyakinan bahwa proses yang ia jalani adalah proses yang benar. NS terbiasa menuliskan afirmasi dan menggambarkan kondisi masa depan yang diinginkan seolah-olah sudah terjadi, termasuk cita-cita konkret menjadi dosen di lingkungan yang ramah disabilitas. Southwick dkk. (2014) menegaskan bahwa optimisme yang bersifat resilien bukanlah keyakinan buta, melainkan harapan yang tetap realistis dan fleksibel menghadapi perubahan kondisi.

Cara kedua partisipan memahami penyebab hambatan yang mereka hadapi juga menunjukkan pola yang serupa, meski dengan penekanan berbeda. NS, misalnya, tidak memaknai lambatnya proses bimbingan sebagai kegagalan personal, melainkan memahami kesibukan dosen pembimbing sebagai faktor eksternal yang tidak bisa dikendalikan, sementara ia fokus memperbaiki hal-hal yang memang bisa ia ubah. APR mengembangkan sistem yang sangat terstruktur untuk mengantisipasi hambatan sebelum terjadi, ia cenderung mempersiapkan satu langkah ke depan di setiap tahapan ujian, sehingga ketika satu masalah muncul, ia sudah memiliki kerangka yang cukup untuk menghadapinya. Pemahaman yang realistis atas penyebab masalah ini membantu kedua partisipan menghindari atribusi yang berlebihan terhadap diri sendiri, yang menurut Cassidy (2016) merupakan salah satu kunci dalam mempertahankan *academic resilience*.

Empati keduanya tampak dibentuk secara khas oleh pengalaman hidup sebagai penyandang disabilitas. Menghadapi situasi di mana kebutuhan mereka tidak selalu dipahami oleh lingkungan sekitar membuat keduanya lebih peka terhadap kondisi orang lain yang tidak selalu terlihat. APR, yang disabilitasnya bersifat tidak tampak, mengungkapkan bahwa pengalaman itu membuatnya lebih cepat menyadari ketika seseorang sedang tidak baik-baik saja meskipun tidak terlihat dari luar. Menariknya, empati pada kedua partisipan juga memiliki batas yang mereka sadari dan jaga. NS secara sadar membatasi diri dari orang yang terus mengeluh tanpa berupaya mencari solusi, karena ia memahami bahwa menyerap kesulitan orang lain tanpa batas justru menguras kestabilan emosinya sendiri. APR mengalami hal serupa, setelah beberapa kali merasa kecewa karena dukungan yang ia berikan tidak disambut dengan cara yang sepadan, ia memilih membatasi interaksi sosial tertentu dan lebih fokus pada proses belajarnya. Zaki (2020) menjelaskan bahwa empati yang adaptif adalah empati yang dikelola secara sadar, bukan sekadar respons spontan terhadap kondisi orang lain.

Keyakinan terhadap kemampuan diri pada kedua partisipan tidak dibangun di atas asumsi bahwa mereka bebas dari kekurangan. Justru sebaliknya, keduanya memiliki kesadaran yang sangat jelas tentang di mana letak keterbatasan mereka, dan dari situlah kepercayaan diri itu tumbuh. APR membangun *self-efficacy* dengan cara mempersiapkan dirinya secara matang dan terstruktur, justru karena ia tahu ia tidak mahir bahasa Inggris dan gagap teknologi. NS memaknai setiap pencapaian akademiknya sebagai bukti nyata bahwa ia mampu melampaui batas yang ditetapkan orang lain terhadapnya sejak masa sarjana. Honicke dan Broadbent (2016) menunjukkan bahwa *self-efficacy* yang tinggi tidak selalu berarti keyakinan bahwa seseorang tidak memiliki kelemahan, melainkan keyakinan bahwa seseorang dapat menemukan cara untuk tetap melangkah meskipun kelemahan itu ada.

Kemampuan mencari dukungan dan membuka diri terhadap peluang juga tampak pada keduanya, namun dengan orientasi yang berbeda. APR lebih selektif dan strategis, ia tahu persis kepada siapa harus bertanya untuk masalah tertentu, dan tidak segan meminta bantuan bahkan kepada orang yang secara interpersonal kurang nyaman baginya, selama orang itu memiliki kompetensi yang ia butuhkan. NS mencari ketenangan melalui komunitas keagamaan di luar kampus, serta orang-orang yang ia percayai secara personal. Cassidy (2016) menegaskan bahwa dukungan sosial yang bermakna, dalam bentuk apapun, berkontribusi signifikan terhadap kemampuan mahasiswa mempertahankan *academic resilience* dalam jangka panjang.

Temuan keseluruhan ini menunjukkan bahwa resiliensi kedua partisipan tidak terbentuk semata-mata karena ketujuh kapasitas psikologis tersebut hadir semuanya. Yang lebih menentukan adalah bagaimana faktor-faktor itu saling mengaktivasi satu sama lain, seberapa dalam masing-masing faktor tertanam dalam diri dan hidup individu, serta bagaimana ketika satu faktor melemah, faktor lain dapat berfungsi sebagai penyangga. Pada APR, ketujuh faktor hadir namun semuanya dijalankan dengan *effort* yang nyata dan terus-menerus ia lakukan, tercermin dari kesadaran diri yang sangat reflektif atas kekuatan dan kelemahannya sendiri. Pada NS, tidak semua faktor hadir dengan kekuatan yang sama, namun faktor-faktor yang lebih kuat, terutama *causal analysis*, *self-efficacy*, dan *optimism*, mampu mengompensasi keterbatasan yang ada sehingga keberlangsungan studi tetap terjaga. Hal ini sejalan dengan pandangan Southwick dkk. (2014) bahwa resiliensi merupakan proses dinamis, bukan kondisi yang dimiliki atau tidak dimiliki, dan perkembangannya sangat dipengaruhi oleh bagaimana individu berinteraksi dengan konteks dan tantangan yang mereka hadapi sepanjang hidupnya.

Ketujuh kapasitas psikologis tersebut, bila ditelusuri lebih jauh melalui perspektif psikologi positif, sesungguhnya bertumpu pada kebajikan (*virtue*) dan kekuatan karakter (*character strengths*) yang berbeda pada masing-masing partisipan (Peterson & Seligman, 2004). Pada APR, kebajikan yang paling menopang adalah *wisdom and knowledge*, khususnya kekuatan *self-awareness* dan *perspective*, ia secara konsisten mampu memisahkan dengan tegas mana keterbatasan dirinya yang murni dan mana yang masih bisa diusahakan, sebuah kesadaran diri yang kemudian menjadi dasar bagi *causal analysis* dan *self-efficacy*-nya. Kebajikan ini ditopang pula oleh *courage*, terutama *honesty* dan *perseverance*, yang terlihat dari kejujurannya kepada promotor mengenai kondisi kesehatan maupun kesalahan dalam

proses risetnya, serta ketekunannya untuk tidak pernah membiarkan studinya molor meski memiliki keleluasaan waktu secara administratif. Pada NS, kebajikan yang paling menopang adalah *courage*, namun dengan bentuk yang khas, ketekunannya justru bersumber dari pengalaman traumatik yang secara sadar tidak ia lupakan, melainkan direkonstruksi menjadi daya dorong untuk membuktikan diri. Kebajikan ini berjalan berdampingan dengan *transcendence*, tercermin dari kelekatanannya pada praktik spiritual yang konsisten sebagai sumber stabilitas emosional dan optimismenya terhadap masa depan. Perbedaan penopang kebajikan ini menunjukkan bahwa resiliensi kedua partisipan, meskipun sama-sama efektif mempertahankan keberlangsungan studi doktoral mereka, tumbuh dari akar kekuatan karakter yang tidak identik, temuan yang menegaskan bahwa resiliensi pada mahasiswa doktoral penyandang disabilitas tidak dapat dipahami sebagai konstruk tunggal yang seragam, melainkan sebagai kebajikan personal yang unik bagi setiap individu.

SIMPULAN

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini menggambarkan bahwa mahasiswa doktoral penyandang disabilitas tidak hanya mampu bertahan dalam situasi yang penuh tekanan, tetapi juga mampu mengembangkan diri melalui pengalaman tersebut. Resiliensi yang dimiliki tidak sekadar menjadi respons terhadap kesulitan, melainkan menjadi proses yang memungkinkan individu untuk tetap menjalankan fungsi akademik, mempertahankan motivasi, serta menemukan makna dalam perjalanan studinya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Allah SWT, Pramesti Pradna Paramita, M.Ed.Psych., Ph.D, Psikolog, sebagai dosen pembimbing penulis, keluarga, teman-teman, para partisipan penelitian, dan seluruh pihak yang telah membantu dan mendukung penulis dalam penyusunan artikel ilmiah.

DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Nilna Hauru' dan Pramesti Pradna Paramita tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi mana pun yang mungkin akan mengambil keuntungan dari diterbitkannya naskah ini.

PUSTAKA ACUAN

- ACSES Data Program. (2025). Students with disability in australian higher education: Analysis of 2024 data (2025 Update). Australian Centre For Student Equity And Success (Acses), Curtin University.
- Aldhi, I. F., Suhariadi, F., Rahmawati, E., Supriharyanti, E., Hardaningtyas, D., Sugiarti, R., Abbas, A., & Trihantoyo, S. (2026). *Fear of failure, procrastination, and academic performance in higher education. Humanities and Social Sciences Communications*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1057/s41599-026-07088-0>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp0630a>
- Cahyati, T. (2021). *Resiliensi mahasiswa difabel (studi kasus pada mahasiswa tuna daksa institut agama islam negeri purwokerto dan mahasiswa tuna rungu institut teknologi telkom purwokerto)* [Skripsi]. Institut Agama Islam Negeri Purwokerto.
- Cassidy, S. (2016, November). The academic resilience scale (ars-30): A new multidimensional construct measure. *Frontiers In Psychology*, 7.
- Creswell, J. W. (2021). 30 Essential skills for the qualitative researcher second edition (2nd Ed.). Sage Publication.

-
- Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 10.1080/1047840x.2014.940781
- Hannam-Swain, S. (2017, September 15). The additional labour of a disabled phd student. *Disability & Society*, 33(1), 138-142. 10.1080/09687599.2017.1375698
- Hazell, C. M., Chapman, L., Valeix, S., Roberts, P., Niven, J., & Berry, C. (2020). Understanding the mental health of doctoral researchers: A mixed methods systematic review with meta-analysis and meta-synthesis. *Systematic Reviews*, 9(197), 1-30. <https://doi.org/10.1186/S13643-020-01443-1>
- Hendriani, W. (2017, Agustus). Adaptasi positif pada resiliensi akademik mahasiswa doktoral. *Humanitas*, 14(2), 139-149.
- Hendriani, W. (2018). Protective factors in the attainment of resilience in persons with disability. *Masyarakat, Kebudayaan Dan Politik*, 31(3), 291-299.
- Hendriani, W. (2018, November). Positive meaning: the typical coping of resilient person towards changing conditions become individual with disability. *Indonesian Journal Of Disability Studies*, 5(2), 157-165.
- Hendriani, W. (2018). Resiliensi psikologis: Sebuah pengantar. Kencana.
- Honick, T., & Broadbent, J. (2016). The influence of academic self-Efficacy on academic Performance: A systematic review. *Educational research review*, 17, 63-84
- Keloharju, M., Knüpfer, S., Müller, D., & Tåg, J. (2024). Phd studies hurt mental health, but less than previously feared. *Research Policy*. 10.1016/J.Respol.2024.105078
- Kokotsaki, D. (2023). What does it mean to be a resilient student? An explorative study of doctoral students' resilience and coping strategies. *International Journal Of Doctoral Studies*, 18, 173-198. <https://doi.org/10.28945/5137>
- Mir, A. A., & Waheed, A. (2022). Experiences of students with disabilities in indian higher education: an interpretative phenomenological study. *Higher Education For The Future*, 9(2), 186-202. <https://doi.org/10.1177/23476311221111442>
- Nurhayati, N., Habsy, B. A., Budiyo, & Sartinah, E. P. (2023). Resilience profile of children with special needs and the importance of guidance and counseling services. *International Journal Of Social Science And Religion (Ijssr)*, 4(3).
- O'Connor, G., O'dell, L., Alvarez, I., Tipi, N., Catton, H. B., & Luck, R. (2024). 'i just filled out a form' experiences of doctoral students with disabilities, long-term health conditions and/or additional study needs. *Scandinavian Journal Of Disability Research*, 211-226. 10.16993/Sjdr.1104
- Paramita, P. P., Asthana, M. K., Amin, A. S., & Hassim, N. (2024). Inclusive education for students with disabilities: Perspectives from Indonesian and Malaysian higher education. *Jurnal Komunikasi: Malaysian Journal of Communication*, 40(3), 247-261. <https://doi.org/10.17576/JKMJC-2024-4003-14>
- Perera, V. H., Sánchez-Díaz, N., & Castellano-Beltrán, A. (2025). Beyond adversity: Strategies for academic success from the voices of graduates with disabilities. *Disability & Society*, 40(12), 3348-3370. <https://doi.org/10.1080/09687599.2025.2470750>
- Peterson, S., & Saia, T. (2022). Disability, intersectionality, and the experiences of doctoral students. *Rehabilitation Counselors and Educators Journal*, 11(1). <https://doi.org/10.52017/001c.31773>
- Peterson, Christopher, & Seligman, Martin E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Oxford University Press.
- Poerwandari, E. K. (2017). *Pendekatan kualitatif untuk penelitian perilaku manusia*. Lp33 Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Postsecondary National Policy Institute. (2025, April). Students with disabilities in higher education.
- Reivich, K., & Shatté, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable*

obstacles. Broadway Books.

- Republik Indonesia. (2012). Undang-undang nomor 12 tahun 2012 tentang pendidikan tinggi. <https://peraturan.go.id>
- Republik Indonesia. (2016). Undang-undang nomor 8 tahun 2016 tentang penyandang disabilitas. <https://peraturan.go.id>
- Republik Indonesia. (2016). Undang-undang republik indonesia nomor 8 tahun 2016 tentang penyandang disabilitas. Lembaran negara republik indonesia tahun 2016 nomor 69.
- Ressa, T. W., & Danforth, S. (2023). Disability, race, and origin intersectionality in the doctoral program: Ableism in higher education. *Scandinavian Journal Of Disability Research*, 25(1), 147–159. <https://doi.org/10.16993/Sjdr.911>
- Ritchie, J., & Lewis, J. (2003). *Qualitative research practice: a guide for social science students and researchers*. Sage Publications.
- Scheffers, F., Van Vugt, E., & Moonen, X. (2024). Resilience in the face of adversity: How people with intellectual disabilities deal with challenging times. *Journal Of Intellectual Disabilities*, 28(3), 661–682. <https://doi.org/10.1177/17446295231184504>
- Scruggs, S., Dong, S., Ducatt, S., Mitchell, J., & Davis, W. (2021). Impact of high school transition and accommodation experience on student involvement in college. *Journal Of Postsecondary Education And Disability*, 34(2), 179–190.
- Southwick, S. M., Bonanno, G. A., Masten, A. S., Panter-Brick, C., & Yehuda, R. (2014). Resilience definitions, theory, and challenges: Interdisciplinary perspectives. *European Journal Of Psychotraumatology*. 10.3402/Ejpt.V5.25338
- Students With Disabilities In Higher Education. (2025, April). *Postsecondary National Policy Institute*.
- Van Rooij, E., Fokkens-Bruinsma, M., & Jansen, E. (2021). Factors that influence PhD candidates' success: The importance of PhD project characteristics. *Studies in Continuing Education*, 43(1), 48–67
- Vilser, M., Gentile, S., & Mausz, I. (2024). Putting PhD students front and center: An empirical analysis using the Effort-Reward Imbalance Model. *Frontiers in Psychology*, 14, Article 1298242. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1298242>
- Wahidah, E. Y., Sirait, S., & Kusumaputri, E. S. (2023). Doctoral student experiences in Indonesian postgraduate programs: A phenomenological investigation of challenges. *Al-Ishlah: Jurnal Pendidikan*, 15(4), 4250–4261. <https://doi.org/10.35445/alishlah.v15i3.4608>
- Zaki, J. (2020). Integrating empathy and interpersonal emotion regulation. *Annual Review Of Psychology*.