



Contents lists available at [Journal IICET](#)

Education and Social Sciences Review

ISSN: 2720-8915 (Print) ISSN: 2720-8923 (Electronic)

Journal homepage: <https://jurnal.iicet.org/index.php/essr>



Hubungan *self efficacy* dengan resiliensi akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi

Yashirly Azizah, Ifdil Ifdil^{*)}

Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang, Indonesia

Article Info

Article history:

Received Aug 19th, 2023

Revised Sept 24th, 2023

Accepted Nov 15th, 2023

Keyword:

Self efficacy

Resiliensi akademik

Mahasiswa

ABSTRACT

Mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi memerlukan ketahanan mental dan emosional yang kuat. Ketidakmampuan mahasiswa untuk menghadapi tuntutan akademik dapat mengakibatkan stres dan bahkan depresi. Hal ini menunjukkan pentingnya mahasiswa memiliki resiliensi akademik. Resiliensi akademik adalah kemampuan yang dimiliki untuk tetap bertahan meskipun sedang dihadapkan dengan kesulitan seperti permasalahan akademik. Resiliensi akademik ini dapat dipengaruhi oleh *self efficacy* yang mana *self efficacy* merupakan suatu keyakinan bahwa individu mampu menguasai suatu kondisi dan dapat menghasilkan suatu hasil yang menguntungkan bagi dirinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan *self efficacy* dengan resiliensi akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif deskriptif dan korelasional. Populasi yang digunakan dalam penelitian sebanyak 1.708 mahasiswa yang terdaftar mengambil mata kuliah skripsi periode semester juli-desember 2023 dengan sampel sebanyak 327 mahasiswa yang dipilih menggunakan teknik *propotional random sampling*. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan angket *self efficacy* sebanyak 33 item dan angket resiliensi akademik sebanyak 43 item. Data diolah menggunakan teknik analisis deskriptif dan analisis korelasi *pearson product moment* dengan bantuan program *SPSS versi 29.0 for windows*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa (1) *self efficacy* mahasiswa yang sedang menyusun skripsi berada pada kategori tinggi, resiliensi akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi berada pada kategori tinggi, (3) hasil analisis korelasi terdapat hubungan yang signifikan antara *self efficacy* dengan resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi pada tingkat hubungan yang sedang. Layanan Bimbingan dan Konseling untuk meningkatkan *self efficacy* dan resiliensi akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, yaitu: layanan informasi, layanan konseling individu, layanan bimbingan kelompok.



© 2023 The Authors. Published by IICET.

This is an open access article under the CC BY-NC-SA license

(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0>)

Corresponding Author:

Ifdil, I.,

Universitas Negeri Padang, Indonesia

Email: ifdil@konselor.org

Pendahuluan

Mahasiswa adalah individu yang sedang mengikuti proses pembelajaran dan terdaftar sebagai peserta pendidikan di lembaga perguruan tinggi seperti akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut, dan universitas (Adiwaty *et al*, 2015). Setiap mahasiswa memiliki pengalaman yang unik dalam menghadapi kehidupan

akademik di perguruan tinggi, saat berkuliah mahasiswa sering menghadapi berbagai hambatan dan tantangan (Sari *et al.*, 2016).

Skripsi adalah sebuah karya ilmiah yang dihasilkan oleh mahasiswa sarjana sebagai bagian akhir dari studi mereka. Karya ini didasarkan pada penelitian yang dikembangkan dalam suatu topik tertentu (Marjan *et al.*, 2018). Sehingga, mahasiswa dituntut harus mampu bertahan pada tantangan yang dihadapinya. Permasalahan yang dihadapi mahasiswa tersebut harus dapat diatasi secara baik agar mahasiswa dapat bertahan dan menyelesaikan tugas belajarnya sebagai mahasiswa (Rigina *et al.*, 2021).

Penelitian yang di lakukan oleh Indarawati (2018) di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Alauddin Makassar menunjukkan bahwa sebanyak 35,6% mahasiswa mengalami stres ringan, 57,4% stres sedang, dan 6,9% stres berat dalam pengerjaan skripsi. Sejalan dengan pendapat Cheng (2015) menyatakan bahwa mahasiswa memiliki peningkatan kerentanan terhadap penyakit mental yang menggambarkan rendahnya ketahanan dalam menghadapi stres dan perubahan akademis. Selain itu, Marbun *et al.* (2018) juga menjelaskan dampak dari permasalahan yang terjadi di perkuliahan dapat membuat sebagian mahasiswa di berbagai perguruan tinggi memilih untuk tidak melanjutkan pendidikannya atau mengundurkan diri dari institusi.

Resiliensi akademik didefinisikan sebagai kemampuan yang dimiliki mahasiswa untuk tetap bertahan dan meningkatkan keberhasilan dalam menyelesaikan pendidikannya meskipun sedang dihadapkan dengan kesulitan seperti permasalahan akademik (Cassidy, 2016). Resiliensi akademik penting dimiliki oleh setiap mahasiswa dalam dirinya. Sebagaimana mahasiswa memiliki performa dalam menempuh akademik maka resiliensi menjadi kunci untuk mendapatkan performa yang baik dalam akademik yang dilalui setiap tingkatannya (Hendriani, 2017).

Bandura (1997) mendefinisikan *self efficacy* sebagai sebuah keyakinan seseorang dengan kemampuannya untuk melakukan suatu bentuk kontrol terhadap keberfungsian orang itu sendiri dan kejadian dalam hidupnya. Seseorang dengan *self efficacy* memiliki keyakinan dan merasa mampu menguasai sebuah situasi dan memberikan hasil yang positif (King, 2010). Sejalan dengan pendapat Santrock (2011) mengatakan bahwa *self efficacy* merupakan suatu keyakinan bahwa individu mampu menguasai suatu kondisi dan dapat menghasilkan suatu hasil yang menguntungkan bagi dirinya.

Berdasarkan latar belakang yang telah penulis jelaskan di atas, maka dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut: 1) Adanya mahasiswa merasa putus asa karena proses revisi yang berulang-ulang. 2) Adanya mahasiswa yang merasa cemas jika tidak bisa menyelesaikan skripsi dengan tepat waktu. 3) Adanya mahasiswa yang merasa kehilangan motivasi ketika terjadi penolakan terhadap proposal penelitiannya 4) Adanya mahasiswa yang mengalami stres selama menyusun skripsi karena kesulitan dalam hal mencari referensi dan adanya mahasiswa yang tidak percaya diri dengan kemampuan yang di miliki. Adapun tujuan pengembangan yang akan dicapai melalui penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan *self efficacy* mahasiswa akhir, Mendeskripsikan resiliensi akademik mahasiswa akhir dan Menguji signifikansi hubungan antara *self efficacy* dengan resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi

Metode

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah desain deskriptif korelasional. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan suatu keadaan atau situasi tertentu sebagaimana adanya secara sistematis, akurat, aktual dan kemudian ditentukan hubungan antar variabel yang akan diteliti. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat hubungan *self efficacy* dengan resiliensi akademik pada mahasiswa akhir.

Populasi pada penelitian ini yaitu Mahasiswa FIP UNP yang mengambil mata kuliah skripsi dan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Propotional Random Sampling*. Penelitian ini jumlah populasi sebanyak 1.708 mahasiswa dan jumlah sampel yang didapatkan menggunakan rumus slovin. Maka jumlah sampel yang diperoleh dalam penelitian ini adalah sebanyak 327 orang.

Jenis data digunakan dalam penelitian ini adalah data interval dan sumber data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer yang diperoleh langsung dari Tata Usaha Pusat Pengembangan Teknologi Informasi dan Komunikasi Universitas Negeri Padang tahun 2023. Kuesioner disusun dalam bentuk skala bertingkat berdasarkan model skala *likert*. Skala *likert* merupakan butir item pernyataan, dimana responden hanya memberikan persetujuan dan ketidaksetujuannya terhadap butir soal tersebut (Yusuf, 2014).

Pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah berupa kuesioner/angket yang berisi sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan dalam memperoleh informasi dari responden terkait hal yang

ingin diketahui tentang pribadinya. Tujuan utama penggunaan kuesioner adalah untuk memperoleh informasi yang relevan dengan tujuan penelitian dan pengumpulan informasi dengan reliabilitas dan validitas yang tinggi. Teknik analisis data dilakukan dengan teknik analisis deskriptif yang dilakukan jika semua data telah terkumpul secara keseluruhan dan analisa korelasi untuk melihat bagaimana hubungan atau keterkaitan antara *self efficacy* dengan resiliensi akademik mahasiswa akhir.

Hasil dan Pembahasan

Deskripsi *Self Efficacy* Pada Mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi

Berdasarkan hasil penelitian dan pengolahan data dengan menggunakan instrumen *self efficacy* dengan jumlah sampel penelitian sebanyak 327 responden, dapat dilihat lebih jelas dan rinci deskripsi data *self efficacy* yang terdapat pada tabel 8 berikut ini:

Tabel 1 <Deskripsi Data *Self Efficacy* Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi>

Kategori	Interval	f	%
Sangat Tinggi	≥ 133	89	27,22
Tinggi	$\geq 108 < 133$	167	51,07
Sedang	$\geq 83 < 108$	59	18,04
Rendah	$\geq 58 < 83$	12	3,67
Sangat Rendah	≤ 58	0	0,00
Jumlah		327	100

Deskripsi Data Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi

Hasil penelitian dan pengolahan data yang telah dilakukan dengan menggunakan instrumen resiliensi akademik dengan jumlah sampel penelitian 327 responden, dapat dilihat lebih jelas dan rinci deskripsi hasil penelitian resiliensi akademik yang tertera di tabel 2 berikut:

Tabel 2 <Deskripsi Data Resiliensi Akademik Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi>

Kategori	Interval	f	%
Sangat Tinggi	≥ 179	17	5,20
Tinggi	$\geq 145 < 178$	192	58,72
Sedang	$\geq 111 < 144$	115	35,17
Rendah	$\geq 77 < 110$	3	0,92
Sangat Rendah	≤ 76	0	0,00
Jumlah		327	100

Selanjutnya deskripsi rata-rata dan persentase tingkat resiliensi akademik berdasarkan sub variabel pada tabel 3 berikut ini:

Tabel 3 <Deskripsi Rata-rata (Mean) dan Persentase (%) resiliensi akademik mahasiswa yang sedang menempuh Skripsi>

Aspek Resiliensi Akademik	Idea l	Mean	SD	Skor			Ket.
				Ma x	Mi n	%	
Regulasi emosi	40	24,79	3,99	38	13	61,98	Tinggi
Pengendalian impulsif	30	20,28	3,46	29	8	67,60	Sedang
Optimisme	30	22,51	3,88	30	9	75,03	Sangat tinggi
<i>Causal analysis</i>	20	13,94	2,89	20	5	69,70	Sangat tinggi
Empati	30	21,65	3,71	30	10	72,17	Tinggi
Efikasi diri	35	24,96	4,09	35	13	71,31	Tinggi
<i>Reaching out</i>	30	21,86	4,68	30	10	72,87	Tinggi
	215	149,99	16,94	198	80	69,76	Tinggi

Berdasarkan data di atas, dapat disimpulkan bahwa kebanyakan mahasiswa memiliki resiliensi akademik yang tinggi. akademik yang tinggi. Hal ini berarti bahwa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi memiliki karakteristik mampu beradaptasi di bawah kesulitan yang sedang dialami, optimis, kreatif, dan punya inisiatif. Adanya resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dapat mempengaruhi keyakinan yang kuat mencapai keberhasilan. Jika keyakinan mahasiswa tidak menentu maka akan mengarah pada hasil kinerja yang tidak stabil.

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional yaitu suatu tipe penelitian yang melihat hubungan antara variabel *self efficacy* dengan variabel resiliensi akademik mahasiswa yang sedang menempuh skripsi. Sebelum menguji hipotesis dengan teknik analisis data, terlebih dahulu diuji dengan uji normalitas dan uji linearitas. Pengujian prasyarat ini dilakukan dengan menggunakan bantuan SPSS versi 29.0 for windows.

Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data dari populasi yang berdistribusi normal dilakukan dengan metode uji Z dari Kolmogorov-Smirnov dengan $\alpha = 0,05$. Untuk pengujian normalitas dilakukan menggunakan SPSS versi 29, dapat dilihat pada tabel 18 berikut ini:

Tabel 4 <Hasil Uji Coba Normalitas One-Sample Kolmogrov Smirnov Test (Hasil Uji Noramlitas)>

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			SELF EFFICACY	RESILIENSI AKADEMIK
N			327	327
Normal Parameters ^{a,b}	Mean		121.67	149.99
	Std. Deviation		17.872	16.944
Most Extreme Differences	Absolute		.040	.042
	Positive		.032	.042
	Negative		-.040	-.032
Test Statistic			.040	.042
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c			.200 ^d	.200 ^d
Monte Carlo Sig. (2-tailed) ^e	Sig.		.233	.183
	99% Confidence Interval	Lower Bound	.222	.173
		Upper Bound	.243	.193
a. Test distribution is Normal. b. Calculated from data. c. Lilliefors Significance Correction. d. This is a lower bound of the true significance. e. Lilliefors' method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 329836257.				

Berdasarkan hasil uji normalitas diketahui nilai signifikansi dari variabel X dan Y yaitu sebesar $0,200 \geq \alpha = 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa data variabel *self efficacy* dengan resiliensi akademik berdistribusi normal.

Uji Linearitas

Uji linearitas garis regresi ini dilakukan untuk memastikan bahwa sebaran masing-masing data variabel *self efficacy* membentuk garis linear dengan sebaran variabel resiliensi akademik. Uji linearitas regresi X atas Y menggunakan SPSS versi 29, yaitu dengan fungsi Compare Means. Uji linearitas dalam penelitian ini melihat nilai Sig. Deviation from linearity $> 0,05$ maka dinyatakan linear, dapat dilihat pada tabel 19 berikut ini:

Tabel 5 <Hasil Uji Linearitas>

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
RESILIENSI AKADEMIK * SELF EFFICACY	Between Groups	(Combined)	34317.541	69	497.356	2.156	<.001
		Linearity	16722.096	1	16722.096	72.503	<.001
		Deviation from Linearity	17595.445	68	258.757	1.122	.261
	Within Groups		59274.447	257	230.640		
	Total		93591.988	326			

Deskripsi Hubungan *Self efficacy* dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi

Hipotesis yang di ajukan pada penelitian ini adalah terdapat hubungan yang positif signifikan antara *self efficacy* dengan resiliensi akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Uji hipotesis dilakukan untuk

mengetahui korelasi kedua variabel tersebut. Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan korelasi pearson product moment. Berikut perhitungan koefisien korelasi yang dapat dilihat pada tabel 20 berikut ini:

Tabel 6 <Korelasi Self Efficacy dengan Resiliensi Akademik>

		SELF EFFICACY	RESILIENSI AKADEMIK
SELF EFFICACY	Pearson Correlation	1	.423**
	Sig. (2-tailed)		<.001
	N	327	327
RESILIENSI AKADEMIK	Pearson Correlation	.423**	1
	Sig. (2-tailed)	<.001	
	N	327	327

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan tabel 13 di atas, maka dapat diketahui bahwa pada nilai signifikansi menunjukkan angka 0,000. Untuk menunjukkan adanya korelasi antara *self efficacy* dengan resiliensi akademik maka nilai Sig. (2-tailed) < 0,05 dapat dilihat 0,000 < 0,05 artinya terdapat korelasi antara *self efficacy* dengan resiliensi akademik. Selanjutnya besar nilai koefisien korelasi antara *self efficacy* (X) dengan resiliensi akademik (Y) adalah 0,423, dari data tersebut dapat diketahui bahwa terdapat korelasi berarah positif dengan kategori sedang antara *self efficacy* (X) dengan resiliensi akademik (Y). Hubungan positif yang signifikan artinya, semakin tinggi *self efficacy* maka semakin tinggi resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Sebaliknya semakin *self efficacy*

Pada bagian ini akan dibahas hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai *self efficacy* dengan resiliensi akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, maka pembahasan dan hasil penelitian dapat dijelaskan sebagai berikut:

Self Efficacy pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi

Berdasarkan hasil penelitian mengenai *self efficacy* pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi yang telah dilakukan di Fakultas Ilmu Pendidikan (FIP) Universitas Negeri Padang kebanyakan berada pada kategori tinggi dengan persentase 51,07%. Artinya mahasiswa yang sedang menyusun skripsi memiliki *self efficacy* yang tinggi. Hal ini berarti bahwa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi memiliki karakteristik yang berani menghadapi kesulitan dan hambatan, serta mempunyai keyakinan mampu bertahan melewati hambatan-hambatan selama menyusun skripsi.

Hal ini sesuai dengan pendapat Fatimah (2021) Efikasi diri yang tinggi membuat mahasiswa menjadi semakin percaya akan kemampuan dirinya dan mampu menemukan solusi ketika menghadapi masalah dalam menyelesaikan kewajiban sebagai mahasiswa. Masalah yang muncul membuat keyakinan mahasiswa menjadi semakin tinggi, sehingga mahasiswa mampu menyelesaikan tugasnya dengan baik dan tepat waktu. Sejalan dengan ini, Shofiah & Raudatussalamah (2014) juga mengungkapkan bahwa seseorang yang memiliki keyakinan untuk berhasil akan lebih optimis dalam melaksanakan tugas, mengambil keputusan dengan lebih tenang, berani menghadapi tekanan dan ancaman, serta dapat mengendalikan situasi. Sementara seseorang dengan efikasi diri rendah (tidak yakin dengan kemampuannya) akan mengalami kecemasan dan kesulitan dalam mengontrol situasi di sekitarnya. Seseorang dengan efikasi diri yang tinggi mempunyai pandangan untuk sukses dan yakin akan kemampuan yang dimiliki.

Resiliensi Akademik Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi

Berdasarkan hasil penelitian mengenai resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi yang telah dilakukan di Fakultas Ilmu Pendidikan (FIP) Universitas Negeri Padang kebanyakan berada pada kategori tinggi dengan persentase 58,72%. Artinya mahasiswa yang sedang menyusun skripsi memiliki resiliensi akademik yang tinggi. Hal ini berarti bahwa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi memiliki karakteristik mampu beradaptasi di bawah kesulitan yang sedang dialami, optimis, kreatif, dan punya inisiatif. Adanya resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dapat mempengaruhi keyakinan yang kuat mencapai keberhasilan. Jika keyakinan mahasiswa tidak menentu maka akan mengarah pada hasil kinerja yang tidak stabil.

Resiliensi sebagai bentuk upaya untuk bisa bangkit dari keterpurukan atau permasalahan psikologis yang terjadi dan kembali seperti semula (Ifdil & Taufik, 2012). Mahasiswa yang memiliki resiliensi akademik yang baik adalah mahasiswa yang gigih, tekun, mampu merefleksikan kemampuan untuk mencari bantuan yang dibutuhkan, serta mampu mengelola dan merespon emosi-emosi yang tidak menyenangkan terhadap permasalahan yang dihadapi sepanjang menyelesaikan tugas akhir. Dalam artian, mahasiswa yang memiliki resiliensi yang tinggi adalah mahasiswa yang mampu menghadapi rintangan dalam konteks akademik dengan cara-cara yang positif (Nadhifah, 2021). Resiliensi akademik akan membuat mahasiswa tidak mudah putus asa dalam menghadapi tantangan dan tuntutan serta permasalahan akademik dan membantu mahasiswa untuk dapat menyelesaikan pendidikannya (Sholichah *et al.*, 2018).

Adanya resiliensi penting untuk memperkaya hidup, memperdalam hubungan, dan mencari pembelajaran dan pengalaman baru. Individu yang resilien mampu menaksir resiko dengan baik dalam memahami diri sendiri, dan mempunyai makna dan tujuan dalam hidup (Reivich & Shatte, 2002).

Hubungan *Self Efficacy* dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara *self efficacy* dengan resiliensi akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Berdasarkan hasil uji korelasi yang telah dilakukan, maka diperoleh hubungan positif signifikan antara *self efficacy* dengan resiliensi akademik. Jadi, semakin tinggi *self efficacy* maka semakin tinggi pula resiliensi akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Hasil penelitian ini sesuai dengan pendapat Sakdullah (2021) yang menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan *self efficacy* terhadap *academic resilience* mahasiswa yang menunjukkan bahwa semakin tinggi *self efficacy* maka semakin tinggi pula *academic resilience*, begitu pula sebaliknya. Hal serupa juga disampaikan dalam penelitian Linggi, dkk (2021) menunjukkan bahwa adanya hubungan positif signifikan antara *Self efficacy* dengan resiliensi akademik mahasiswa.

Hal tersebut dapat terjadi karena adanya beberapa faktor yang menunjang atau mempengaruhi tingkat *self efficacy* dan resiliensi mahasiswa, Rojas (2015) dalam penelitiannya menyebutkan beberapa faktor yang berpengaruh terhadap kompetensi individu dalam bersikap resilien dari segi akademiknya, adapun faktornya adalah faktor lingkungan dan faktor individu. Dwiastuti *et al* (2020) menyatakan bahwa resiliensi akademik tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal, tetapi juga dapat dipengaruhi oleh faktor eksternal. Faktor internal terdiri dari bersyukur, *self regulated learning*, religiusitas, locus of control. Sedangkan faktor eksternal terdiri dari dukungan sosial dengan teman sebaya dan hubungan sosial dengan orang tua. Jadi banyak sekali faktor yang berpengaruh untuk meningkatkan resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, salah satunya adalah *self efficacy*, dimana *self efficacy* ini merupakan salah satu aspek yang sangat penting dalam kehidupan, karena *self efficacy* sebagai kepercayaan bahwa dirinya mampu untuk menyelesaikan masalah dan meraih keberhasilan.

Berdasarkan hasil temuan hubungan *self efficacy* dengan resiliensi akademik dikategorikan hubungan positif yang sedang karena memperoleh nilai koefisien sebesar 0,423 berarti *self efficacy* memiliki hubungan yang signifikan dengan resiliensi akademik, semakin tinggi *self efficacy* maka semakin tinggi pula resiliensi akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, sebaliknya semakin rendah *self efficacy* maka semakin rendah pula resiliensi akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Hal ini sejalan dengan yang dikemukakan oleh Martin & Marsh (2006) menyatakan bahwa terdapat lima faktor yang mempengaruhi resiliensi akademik seseorang, yaitu: efikasi diri (*self efficacy*), perencanaan (*planning*), kontrol (*control*), kecemasan yang rendah (*low anxiety*) dan kegigihan (*Persistence*).

Implikasi dalam Layanan BK untuk Meningkatkan *Self Efficacy* dan Resiliensi Akademik Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi

Berdasarkan hasil penelitian hubungan *self efficacy* dengan resiliensi akademik yang telah dipaparkan sebelumnya, maka dari itu sangat diperlukan oleh konselor untuk memberikan layanan yang dapat mempertahankan serta meningkatkan *self efficacy* mahasiswa agar berbanding lurus dengan peningkatan kemampuan resiliensi akademik mahasiswa dalam menghadapi kesulitan yang dialami. Konselor merupakan pihak yang membantu klien dalam proses konseling. Konselor bertindak sebagai penasihat, guru, konsultan yang menghadapi klien sampai mendapatkan solusi dari masalah yang dihadapi (Darmawan, 2020).

Oleh karena itu, konselor dapat memberikan layanan bimbingan dan konseling kepada mahasiswa yang berkaitan dengan *self efficacy* dan resiliensi akademik pada mahasiswa Akhir. Beberapa layanan yang dikaitkan dengan penelitian ini adalah: layanan informasi adalah layanan yang berusaha untuk memenuhi kekurangan individu atau peserta didik akan informasi yang dibutuhkannya. Tujuan layanan informasi adalah untuk membantu peserta didik agar dapat mengambil keputusan secara tepat tentang sesuatu, baik dalam bidang

pribadi, sosial, belajar maupun karier berdasarkan informasi yang diperolehnya (Prayitno 2012). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terdapat sebagian besar mahasiswa memiliki *self efficacy* yang tinggi, dan ada beberapa pada kategori sedang hingga sangat rendah. Maka dari itu, dalam penelitian ini konselor dapat memberikan layanan informasi yang membantu mahasiswa untuk menanamkan keyakinan diri dalam menyelesaikan tugas dan mencapai tujuan akademik tertentu, agar dapat membantu meningkatkan resiliensi akademik mahasiswa serta memberikan informasi untuk meningkatkan *self efficacy* dan informasi keterampilan yang efektif untuk mengatasi tantangan akademik.

Kemudian layanan konseling individual merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh konselor terhadap klien dalam rangka mengentaskan masalah pribadi. Setiap individu pasti memiliki permasalahan yang harus diselesaikan agar dapat menjalani kehidupan yang semestinya, individu membutuhkan orang lain yang dapat memahami dirinya sehingga individu dapat terbuka dalam menceritakan masalah yang dialaminya (Prayitno, 2012). Mahasiswa yang rendah *self efficacy* nya cenderung mudah menyerah. Selain itu individu yang rendah kemampuan ketahanan yang dimilikinya cenderung akan mengalami penyakit mental seperti perasaan tertekan, perasaan cemas, hingga depresi. Oleh karena itu, diperlukan pemberian layanan konseling individual agar mahasiswa dapat meningkatkan *self efficacy* dan memiliki kemampuan resiliensi akademik untuk melewati rintangan-rintangan dalam akademik.

Selanjutnya layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk mencegah dan berkembangnya masalah pada diri klien. Bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi masalah terkait aktivitas kelompok yang membahas masalah-masalah pribadi, pekerjaan, sosial, dan juga masalah pendidikan (Juntika, 2005). Dalam penelitian ini konselor dapat memberikan materi dalam bimbingan kelompok mengenai pemahaman dan mengembangkan resiliensi akademik, pentingnya memiliki ketahanan diri dalam menghadapi situasi atau keadaan sulit, kiat-kiat membangun ketahanan diri/ kekuatan diri, dan pemahaman tentang *self efficacy* untuk menghadapi kesulitan dalam menyusun skripsi.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian menjelaskan bahwa *self efficacy* mahasiswa yang sedang menyusun skripsi pada umumnya berada pada kategori tinggi. Kebanyakan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi memiliki *self efficacy* yang tinggi. Resiliensi akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi pada umumnya berada pada kategori tinggi dan kebanyakan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi memiliki resiliensi akademik yang tinggi. Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *self efficacy* dengan resiliensi akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi pada tingkatan hubungan yang sedang.

Referensi

- Adiwaty, M. R., & Fitriyah, Z. (2015). Efektivitas strategi penyesuaian mahasiswa baru pada proses pembelajaran di perguruan tinggi. *Jurnal Neo-Bis*, 9(1), 87–97.
- Ahmadi, A. (2007). Psikologi sosial. Jakarta: Rineka Cipta
- Alfaiz, A., Zulfikar, Z., & Yulia, D. (2017). Efikasi Diri sebagai Faktor Prediksi Kesiapan Mahasiswa dalam Mengerjakan Tugas Kuliah. Ilmu Pendidikan: *Jurnal Kajian Teori Dan Praktik Kependidikan*, 2(2), 119–124.
- Bandura, A. (2005). Theories Of Personality, Sixth edition. Social cognitive theory. The Mc Graw-Hill companies.
- Cassidy, S. (2016). The Academic Resilience Scale (ARS-30): A New Multidimensional Construct Measure. *Frontiers in Psychology*, 7, 1787.
- Cheng, V. (2015). The role of resilience, delayed gratification and stress in predicting academic performance. *Psychol. Teach. Rev*, 21, 13–24.
- Dwiastuti, I., Hendriani, W., & Andriani, F. (2018). Perkembangan Penelitian Resiliensi Akademik Di Indonesia: Scoping.
- Darmawan harefa, K. telaumbanu. (2020). teori manajemen bimbingan dan konseling kajian untuk mahasiswa dan pendidikan dan keguruan (Danu banu (ed.); danu banu). embirio.
- Fatimah, Manuardi, & Meilani, (2021). Tingkat efikasi diri performa akademik mahasiswa ditinjau dari perspektif dimensi Bandura. *Prophetic, Profesional, Emphaty and Islamic Conseling Journal*, 4(1), 25-36
- Gómez- Molinero, R., Zayas, A., Ruíz-González, P., & Guil, R. (2018). Optimism and resilience among university students. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*. Revista INFAD de Psicología., 1(1), 147.
- Hendriani, W. (2017). Adaptasi Positif Pada Resiliensi Akademik Mahasiswa Doktoral. *Humanitas*, 14(2), 139.

- Ifdil & Taufik. (2012). Urgensi peningkatan dan pengembangan resiliensi siswa di Sumatra Barat. *Jurnal ilmiah dan pendidikan*, Vol. 7 (2), 115-121.
- Indarwati. (2018). Gambaran Stres Mahasiswa Tingkat Akhir Dalam Penyusunan Skripsi di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Alauddin. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar.
- Juntika, N. A. (2005). *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Refika Aditama.
- Karreman, A., & Vingerhoets, A. J. J. M. (2012). Attachment and well being The mediating role of emotion regulation and resilience. *Personality and Individual Differences*, 53(7), 821–826.
- King, L. A. (2010). *Psikologi umum: Sebuah pandangan apresiatif*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Linggi, G. G. (2021). Efikasi Diri Akademik, Dukungan Sosial, Dan Resiliensi Akademik Mahasiswa Perantau Pada Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Psikologi*, 14(2), 217-232.
- Marbun, A. P. S., Arneliwati, & Amir, Y. (2018). Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Stres Mahasiswa Program Transfer Keperawatan yang Sedang Menyusun Skripsi. *Researchgate*, 1(1), 446–459.
- Marjan, F., Sano, A., & Ifdil, I. (2018). Tingkat kecemasan mahasiswa bimbingan dan konseling dalam menyusun skripsi. *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, 3(2), 84.
- Martin, A. J., & Marsh, H. W. (2006). Academic resilience and its psychological and educational correlates: A construct validity approach. *Psychology in the Schools*, 43(3), 267–281.
- Nadhifah, F., & Karimulloh Karimulloh. 2021. Hubungan Religiusitas dan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa dalam Perspektif Psikologi Islam. *Jurnal Psikologi Islam, Al Qalb*, 12(1), 51-60
- Prayitno, E. A. (2012). *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung konseling*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Ramadhani, L., & Maretih, A.K.E. 2022. Self Compassion dan Resilensi Akademik Pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Naskah Publikasi*. Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau.
- Rigina Sonia, P. & Deli, H. P. (2021). Hubungan Resiliensi Akademik Dengan Tingkat Stres Dalam Mengerjakan Skripsi Pada Mahasiswa Keperawatan Tingkat Akhir Universitas Riau. *JOM FKp*, 8(2), 37–45.
- Rojas. (2015). Factors Affecting Academic Resilience in Middle School Students: A case Study. *GIST Education and Learning Research Journal*, 24, 63-78.
- Santrock, John W. (2011). *Perkembangan Anak Edisi 7 Jilid 2*. (Terjemahan: Sarah Genis B) Jakarta: Erlangga.
- 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.
- Seligman, M. (2008). Menginstal optimisme (edisi terjemahan) (p. 59). Momentum.
- Shofiah, Vivik dan Raudatussalamah. 2014. Self- Efficacy Dan Self- Regulation Sebagai Unsur Penting Dalam Pendidikan Karakter. Riau: Jurnal Penelitian sosial keagamaan. Vol.17, No.2
- Sholichah, I. F., Paulana, A. N., Fitriya, P., & . (2018). Self-esteem dan resiliensi akademik mahasiswa. *Proceeding National Conference Psikologi UMG*, 1(1), 191–197.
- Trompetter, H. R., de Kleine, E., & Bohlmeijer, E. T. (2017). Why does positive mental health buffer against psychopathology? An exploratory study 189 on self-compassion as a resilience mechanism and adaptive emotion regulation strategy. *Cognitive Therapy & Research*, 41(3), 459-468
- Uyun, Z. 2012. Resiliensi dalam pendidikan karakter. *Jurnal psikologi universitas muhammadiyah surakarta*. 1(I):200-208.
- Wahidah. 2018. Resiliensi Akademik Perspektif Psikologi Islam. *Proceeding National Conference Psikologi UGM*. Yogyakarta.
- Widuri, E. L. (2012). Regulasi emosi dan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama. *Humanitas*, 9(2), 147.
- Yusuf. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Penelitian*. Jakarta: Kencana.