

## RESILIENSI AKADEMIK DITINJAU DARI JENIS KELAMIN PADA MAHASISWA DI MASA PANDEMI COVID-19

Sitti Anggraini<sup>1</sup> [anggimof@gmail.com](mailto:anggimof@gmail.com)

Program Studi Psikologi Universitas Nusa Nipa

**Abstrak.** Pandemi covid-19 berdampak pada mahasiswa. Mahasiswa dapat menyesuaikan diri dan bertahan dengan permasalahan akademik yang terjadi, karena mahasiswa memiliki resiliensi akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan resiliensi akademik ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa. Penelitian ini termasuk dalam penelitian kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel menggunakan sampel incidental melalui google form. Metode pengumpulan data dengan menggunakan instrumen resiliensi akademik yang disusun oleh Hardiansyah, dkk. Total aitem berjumlah 27 aitem, semua aitem valid dengan rentang korelasi validitas 0,432 – 0,693 dengan reliabilitas 0,932. Hasil uji hipotesis menggunakan independent-samples t-test adalah nilai sig. 0,204 > 0,05, hal ini menunjukkan tidak ada perbedaan secara signifikan antara resiliensi akademik mahasiswa perempuan dan laki-laki. Hal ini menunjukkan bahwa resiliensi akademik mahasiswa tidak dipengaruhi oleh jenis kelamin. Artinya faktor gender tidak berpengaruh pada tingkat resiliensi akademik mahasiswa.

*Kata Kunci: Resiliensi akademik, jenis kelamin, mahasiswa*

**Abstract.** The covid-19 pandemic has had an impact on students. Students can adapt and survive with academic problems that occur, because students have academic resilience. This study aims to determine differences in academic resilience in terms of gender in students. This research is included in quantitative research with sampling technique using incidental samples via google form. Methods of data collection using academic resilience instruments compiled by Hardiansyah, et al. The total number of items is 27 items, all items are valid with a validity correlation range of 0,432-0,693 with a reliability of 0,932. The results of hypothesis testing using independent-samples t-test are sig. values 0,204 > 0,05, this indicates that there is no significant difference between the academic resilience of female and male students. This shows that the academic resilience of students is not influenced by gender. This means that the gender factor has no effect on the level of student academic resilience.

*Keywords: Academic resilience, gender, students*

## Pengantar

Wabah covid-19 menjadi pandemi global, menimbulkan kecemasan, ketakutan dan stress di seluruh dunia (Pragholapati, 2020). Pandemi covid-19 telah mempengaruhi pada hampir semua bidang kehidupan. Salah satunya adalah bidang pendidikan. Setelah pemerintah menetapkan status darurat covid-19 pelaksanaan pembelajaran diselenggarakan dari rumah (Kemendikbud, 2020). Pada masa pandemi ini, kita mengalami perubahan dalam proses belajar terutama di perguruan tinggi. Sebelum kita mengalami covid 19, dalam dunia pendidikan yaitu dari perguruan tinggi sampai dengan tingkat paud atau taman kanak-kanak, pembelajaran menggunakan metode belajar tatap muka. Namun, setelah adanya masa pandemi covid-19, terjadi pergeseran metode belajar dari pembelajaran tatap muka beralih ke pembelajaran dalam jaringan (daring) atau *online*. Sari, et al (2020), menjelaskan bahwa banyak sekali kesulitan dalam melaksanakan proses pembelajaran *online*, siap tidak siap, mampu tidak mampu, mahasiswa diharapkan melaksanakan pembelajaran sebagaimana mestinya serta patuh mengikuti kebijakan pemerintah. Seiring berjalannya waktu, keadaan pandemik mulai menurun dari level 4 sampai sekarang berada di level 1, sehingga perguruan tinggi menerapkan pendekatan atau metode gabungan antara metode tatap muka dan metode daring/ online yang dikenal dengan nama *blended learning*. Selanjutnya Graham (2006) dan Friesen (2012) *blended learning* menunjuk banyak peluang yang di tawarkan dengan menggabungkan internet dan media digital dengan mendirikan bentuk ruang kelas yang membutuhkan kehadiran dosen dan mahasiswa.

Ketika metode pengajaran berubah, mahasiswa harus mampu beradaptasi dengan perubahan metode belajar tersebut. Karena perubahan tersebut terjadi, mahasiswa terkadang mengalami situasi dan kondisi yang penuh tekanan terkait permasalahan dan tuntutan-tuntutan akademik. Hendriani (2018), menjelaskan bahwa stres mencerminkan tekanan yang dialami oleh seseorang akibat masalah atau kondisi tertentu yang terjadi di luar kondisi tertentu (stressor), yang terjadi di luar ekspektasi, tuntutan-tuntutan yang tidak realistic, atau faktor lain yang menyebabkan ketidakseimbangan dalam hidup individu. Oleh karena itu mahasiswa harus mampu beradaptasi dan mengatasi situasi yang penuh tekanan yang biasa dikenal dengan resiliensi.

Saniskoro & Akmal (2017) menyatakan bahwa, terkait dengan dunia pendidikan, mahasiswa dituntut untuk beradaptasi dengan tekanan dalam menghadiri kelas, lama belajar, kecemasan menjelang atau menghadapi ujian, banyaknya tugas yang harus diselesaikan, mendapat nilai semester yang buruk, birokrasi yang kompleks, keputusan menentukan jurusan dan karier. Karena pandemic covid-19, semua mahasiswa harus beradaptasi dengan sistem pembelajaran yang baru.

Luthar (2003) menjelaskan bahwa resiliensi akan dapat diketahui ketika individu menghadapi hambatan atau kesulitan yang serius, dan kemudian ia dapat menunjukkan adaptasi positif terhadap hambatan/kesulitan tersebut. Selanjutnya Grotberg (1999) juga menjelaskan bahwa resiliensi adalah kemampuan untuk bertahan dan beradaptasi, serta kemampuan manusia untuk melawan, dan memecahkan masalah setelah mengalami kesulitan.

Secara umum resiliensi dicirikan oleh beberapa karakter, antara lain kemampuan untuk menahan kesulitan, ketahanan dalam menghadapi stress ataupun bangkit dari trauma yang dialami (Luthar, 2003). Masten dan Coatsworth, 1998 (dalam Kalil, 2003) menjelaskan bahwa resiliensi dicirikan oleh sejumlah karakteristik, yaitu adanya kemampuan dalam menghadapi kesulitan, ketangguhan dalam menghadapi stress ataupun bangkit dari trauma masa lalu.

Seseorang yang resilien bukan individu yang tahan dan dapat terbebas sama sekali dari tekanan atau kesulitan. Ketika dihadapkan pada situasi stress, individu yang resilien tetap mengalami berbagai emosi negatif atas kejadian traumatik yang dialami. Mereka masih merasakan kemarahan, kesedihan, frustrasi dan bahkan kecemasan, kekhawatiran dan ketakutan seperti orang lain. Hanya saja individu resilien memiliki cara untuk cepat pilih dari keadaan psikologis mereka dan mengatasi kesulitannya.

Pelajar yang termotivasi untuk belajar akan mendukung perilaku belajar lainnya yang berkembang seperti fokus pada pembelajaran, kontinuitas, perencanaan dan pemantauan dan pengelolaan pembelajaran. Motivasi juga dikaitkan dengan perilaku lain yang terkait dengan resiliensi akademik (Cassidy, 2016). Resiliensi akademik muncul ketika mahasiswa menggunakan kekuatan internal maupun eksternalnya untuk mengatasi berbagai pengalaman negatif, represif dan menghambat selama proses belajar, sehingga mereka dapat beradaptasi dan melaksanakan setiap tuntutan akademik dengan baik (Boatman, 2017). Resiliensi akademik merupakan ketahanan dalam proses belajar, yakni sebuah proses dinamis yang mencerminkan kekuatan dan ketahanan individu mengatasi pengalaman emosional negatif, ketika situasi sulit yang menyebabkan stress atau termasuk hambatan serius dalam kegiatan belajar (Hendriani, 2018).

Resiliensi akademik diartikan sebagai sebuah proses, kapasitas atau hasil dari adaptasi yang sukses dalam situasi yang penuh tekanan atau mengancam dalam situasi akademik, Masten, Best, & Garmezy (dalam Cassidy, 2016). Mahasiswa yang memiliki resiliensi akademik yang baik tidak akan mudah menyerah dalam menghadapi kesulitan akademik. Sebaliknya, mereka selalu optimis, berpikir positif dan mampu keluar dari masalah. Aziz (2011), menjelaskan individu yang memiliki ketahanan tinggi dalam menggapai kesuksesan dalam perkuliahan akan mudah menghadapi tantangan yang ada. Ia bisa bertahan dalam menghadapi tantangan, kemudian mengubah tantangan menjadi potensi. Selain itu individu yang memiliki daya juang dapat dengan mudah bangkit dari keterpurukan. Ia akan terus maju menerjang tantangan demi tantangan yang muncul. Sebaliknya individu yang memiliki daya juang yang rendah, cenderung kurang memanfaatkan potensi, ia merasa tidak berdaya dan hal ini membuat keadaan semakin rumit.

Resiliensi akademik di tengah covid-19 tidak hanya merujuk pada adaptasi positif terhadap permasalahan, namun juga pada berbagai perspektif tentang bagaimana mendefinisikan ketahanan secara tepat pada segala bidang kehidupan seperti tantangan yang mengancam fungsi, perkembangan dan kelangsungan hidup (Pragholapati, 2020). Hal ini sejalan dengan pendapat Simatupang, Sadijah dan Hemasti (2021) bahwa kemampuan individu harus mampu bertahan dalam kondisi yang berat untuk menciptakan kebahagiaan dalam kehidupan.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dari 8 mahasiswa, yang berjenis kelamin laki-laki penulis menemukan bahwa tingkat resiliensi akademiknya menurun karena mereka mengalami berbagai tekanan seperti stress dalam pengerjaan tugas, kurang fokus dalam belajar, semangat belajar juga menurun dan kejenuhan dalam belajar karena mengalami peralihan perkuliahan dari tatap muka ke perkuliahan daring/*Online class* serta terkadang mengalami birokrasi yang rumit. Selain itu mahasiswa juga mengalami kesulitan dalam memahami materi perkuliahan, tuntutan tugas yang sangat menumpuk sehingga ketahanan akademik mahasiswa mengalami penurunan. Tetapi ada juga beberapa mahasiswa yang merasa mampu beradaptasi dengan metode belajar secara daring atau *online*. Selanjutnya hasil observasi dan wawancara dari 10 mahasiswi, penulis menemukan bahwa hampir semua mahasiswi juga mengalami stress terhadap banyaknya tugas, keputusan, kebosanan dalam belajar, kecemasan dalam menghadapi ujian tengah semester maupun ujian akhir semester, motivasi yang rendah dalam pengerjaan tugas maupun belajar sehingga mempengaruhi ketahanan mereka dalam belajar maupun menurunnya kemampuan mereka dalam menyelesaikan permasalahan yang mereka hadapi.

Untuk mengatasi tekanan atau tantangan yang dihadapi, perempuan cenderung berfokus pada coping emosi, yang artinya ada fokus yang lebih besar untuk mengatasi tekanan emosional (Brougham et al, 2009), Sedangkan laki-laki lebih berfokus pada *problem focused coping* artinya cenderung menggunakan logika secara rasional dan menyelesaikan masalah pada sumbernya (Hamilton & Fagot, 1988). Selain itu Kumar dan Quisumbing (2014) menjelaskan bahwa perbedaan fisik antara laki-laki dan perempuan juga tampak berbeda pada terbentuknya resiliensi. Perempuan diasumsikan lebih sulit dalam mengelola dan mengakses sumber daya untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi, sehingga perempuan dianggap lebih mudah goyah dibandingkan laki-laki.

Selanjutnya hasil penelitian Rizkiana (2020) menjelaskan bahwa resiliensi perempuan lebih tinggi dari resiliensi laki-laki.

### Landasan Teori

Resiliensi akademik mengacu pada peningkatan kemungkinan keberhasilan akademik meskipun ada kesulitan dan tantangan di lingkungan yang di bawah oleh pengalaman, kondisi dan sifat baru (Wang and Gordon, 2012). Resiliensi akademik adalah kemampuan secara akurat dan cepat dalam menahan tekanan akademik atau permasalahan yang dihadapi (Reivich & Shate, 2019). Resiliensi akademik adalah kemampuan membalikkan kegagalan dalam akademik dan meraih keberhasilan walaupun hal lainnya berkinerja buruk dan gagal (Cassidy, 2016).

Hardiansyah, dkk, (2020) menjabarkan dimensi-dimensi dalam prokrastinasi akademik yaitu: 1) Penyesuaian diri, adalah kemampuan yang dimiliki oleh mahasiswa untuk dapat berhasil mengatasi ketegangan, konflik, dan mengendalikan perasaan frustrasi yang dialaminya dalam proses perkuliahan dengan cara beradaptasi, mengubahdiri sesuai dengan lingkungan. 2) Ketangguhan (*hardiness*) adalah kemampuan mahasiswa untuk dapat bertahan dalam menghadapi permasalahan dengan cara mampu pulih dari tekanan akademik tanpa mengakibatkan gangguan yang berarti serta mampu menanggung beban secara personal. 3). Kecerdasan menghadapi kesulitan (*adversity quotient*), yaitu kemampuan individu dalam menggunakan kecerdasannya untuk menguatkan diri, berpikir ke depan dan menyadari tindakan yang harus dilakukan menghadapi tantangan dan permasalahan akademik. 4). Pemecahan masalah (*problem solving*), yaitu kemampuan yang dimiliki oleh mahasiswa dalam mengidentifikasi dan mencari jalan keluar dengan menggunakan strategi atau teknik tertentu agar suatu permasalahan tersebut dapat diatasi, dilalui sesuai dengan keinginan yang telah ditetapkan.

Mahasiswa adalah orang yang sedang menjalani pendidikan tinggi di sebuah universitas, perguruan tinggi, institute atau akademi. Mereka yang terdaftar sebagai murid di perguruan tinggi dapat disebut sebagai mahasiswa.

### Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Populasi penelitian adalah semua mahasiswa diberbagai Universitas di Nusa Tenggara Timur. Subyek yang diteliti adalah sebanyak 365 orang, terdiri dari perempuan berjumlah 239 orang dan laki – laki berjumlah 126. Pengisian skala dengan menggunakan *google form*. Pengumpulan data kurun waktu 05 - 25 September 2021. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan inventory resiliensi akademik yang disusun oleh Hardiansyah, dkk (2020). Dimensi-dimensi resiliensi akademik yang diukur yaitu penyesuaian diri, ketangguhan, kecerdasan menghadapi kesulitan, dan pemecahan masalah. Aitem pernyataan berjumlah 27 dengan empat alternatif jawaban menggunakan skala likert yaitu Sangat Sesuai (ST), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS) dan sangat Tidak Sesuai (STS).

### Hasil dan Pembahasan

Total aitem berjumlah 27 aitem, semua aitem valid dengan rentang korelasi validitas 0,432 – 0,693. Reliabilitas 0,932. Berdasarkan hasil uji normalitas, diketahui bahwa data berdistribusi normal dengan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* perempuan 0,116 dan laki-laki 0,564 ( $p > 0,05$ ) diketahui bahwa data berdistribusi normal. Selanjutnya Homogenitas hasil *test of homogeneity of variances* menunjukkan bahwa sig. 0,083  $> 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa resiliensi akademik mahasiswa perempuan dan laki-laki memiliki varian yang sama. Hasil uji hipotesis menggunakan *independent-samples t-test* adalah nilai sig. 0,204  $> 0,05$ , hal ini menunjukkan tidak ada perbedaan secara signifikan antara resiliensi akademik mahasiswa perempuan dan laki-laki. Hal ini menunjukkan bahwa resiliensi akademik mahasiswa tidak dipengaruhi oleh jenis kelamin. Artinya faktor gender tidak berpengaruh pada tingkat resiliensi akademik mahasiswa. Hal ini

sejalan dengan penelitian Latif dan Amirullah (2020), di mana siswa menemukan bahwa resiliensi akademik siswa tidak bergantung pada gender, artinya faktor gender tidak berpengaruh pada tingkat resiliensi akademik siswa. Adanya perbedaan hasil penelitian dengan penelitian terdahulu dikarenakan resiliensi akademik dipengaruhi oleh banyak faktor seperti tingkat pendidikan, umur, budaya, sosial, pengalaman traumatis, tekanan hidup, masa lalu dan sekarang (Andriani & Listiyandini, 2017; Bonanno, et al., 2007). Berapa penelitian serupa lainnya juga menunjukkan bahwa resiliensi antara perempuan dan laki-laki juga dipengaruhi oleh faktor biologis, faktor sosio-demografi dan faktor sosial emosional (Maesaroh, et al., 2019; Rinaldi, 2011, Wahyudi & Asyanti, 2020).

Penelitian Cahyani & Akmal, (2017) mengemukakan bahwa spiritualitas juga berperan dalam membangun resiliensi. Mahasiswa yang memiliki spiritual yang tinggi cenderung memiliki rasa tenang dan nyaman dalam menjalani hidup. Dengan memiliki rasa tenang mahasiswa, akan mampu menghadapi kesulitan saat mengerjakan tugas di tengah wabah covid-19. Keyakinan individu kepada sang pencipta bahwa pada setiap kesulitan akan ada kemudahan, hal ini memberikan dampak positif bagi kesehatan mental mahasiswa.

Grotberg (1995) berpendapat bahwa kemampuan resiliensi tidak sama antara individu dengan individu lainnya, hal ini terjadi karena resiliensi individu sangat ditentukan oleh tingkat usia, taraf perkembangan, intensitas individu dalam menghadapi situasi yang tidak menyenangkan, dan seberapa besar dukungan dalam pembentukan tersebut. Selanjutnya Jowkar, Kojuri, Kohoulat, dan Hayat (2014) menyebutkan bahwa faktor resiliensi akademik berasal dari lingkungan sosial di rumah, sekolah, masyarakat dan kelompok. Grotberg (1995) berpendapat bahwa resiliensi akademik dapat berasal dari berbagai sumber baik itu eksternal seperti keluarga, maupun internal yang berasal dari diri sendiri.

### Kesimpulan

Hasil uji hipotesis menggunakan *independent-samples t-test* adalah nilai sig.  $0,204 > 0,05$ , hal ini menunjukkan tidak ada perbedaan secara signifikan antara resiliensi akademik mahasiswa perempuan dan laki-laki. Hal ini menunjukkan bahwa resiliensi akademik mahasiswa tidak dipengaruhi oleh jenis kelamin. Artinya faktor gender tidak berpengaruh pada tingkat resiliensi akademik mahasiswa.

### Kepustakaan

- Andriani, A., & Listiyandini, R. A. (2017). Peran kecerdasan sosial terhadap resiliensi pada mahasiswa tingkat awal. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 70-72
- Aziz, R. (2011). *Kepribadian Ulul Albab*. Malang: UIN Malang Press.
- Bannano, G. A., Galea, S., Bucciarelli, A., & Vlahov, D. (2007). What predicts psychological resilience after disaster? the role of demographics, resources, and life stress. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 671-682.
- Boatman, M. (2014). Academically resilient minority doctoral students who experienced poverty and parental substance abuse. walden dissertations and doctoral studies. (Online). <https://www.scholarwoks.waldenu.edu/dissertations/133>, diakses 22 Desember 2021.
- Brougham. (2009). Stress, sex differences and coping strategies among college students. *Curr Psychol*, 28, 85-97.
- Cahyani, Y. E., & Akmal, S. Z. (2017). Peranan spiritualitas terhadap resiliensi pada mahasiswa sedang mengerjakan skripsi. *Jurnal Psikoslamedia*, 2(1), 32-41.
- Cassidy, S. (2016). The academic resilience scale (ars-30): a new multidimensional construct measure. *Frontiers in Psychology*, 7, 1-11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01787>.

- Cicchetti, D., & Toth, S. L. (1998). Perspectives on research and practice in developmental psychopathology. In W. Damon (Ed.), *Handbook of child psychology*, (5th ed) .4, 479-583. New York: Wiley.
- Friesen, N., (2012). Defining blended learning, online, [https://www.normfriesen.info/papers/Defining\\_Blended\\_Learning\\_NF.pdf](https://www.normfriesen.info/papers/Defining_Blended_Learning_NF.pdf), on 22 Desember 2021.
- Bonk, C. J., & C.R. Graham (Eds), *The Handbook of Blended Learning: Global Perspectives, local designs*. San Fransisco: JosseyBass/Pfeiffer.
- Grotberg, E. (1999). Countering depression with the five building block of resilience. *Reaching Today's Youth* 4, 66-72.
- Grotberg, E. (1999). *Tapping your inner strenght*. Oakland: CA New Harbinger Publications.
- Hardiansyah, P. A. P., Wibisono, M. D., & Utami, D. S., Diana. (2020). Penyusunan alat ukur resiliensi akademik. *Jurnal Psikologi Psikostudia*, 9(3)
- Hendriani, W. (2018). *Resiliensi psikologis: Sebuah pengantar*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Jowkar, B., Kojurf, J. Kohoulat, N., & Hayat, A. A. (2014). Academic resilience in education: The role of achievement goal orientations. *Journal of Advances in Medical Education & Professionalism*, 2(1), 33-38, [http://www.researchgate.net/publications/269712556\\_Academic\\_resilience\\_in0education-the\\_role\\_of\\_achievement\\_goal\\_orientations](http://www.researchgate.net/publications/269712556_Academic_resilience_in0education-the_role_of_achievement_goal_orientations)
- Kalil, A. (2003). *Family resilience and good child outcomes: A review of the literature*. New Zealand: Ministry of Social Development.
- Kemendikbud. (2020). Surat edaran pelaksanaan kebijakan pendidikan dalam masa darurat penyebaran coronavirus disease (covid-19). Diakses 28 Desember 2021. <https://jdih.kemdikbud.go.id/arsip/SE%20Menteri%20Nomor%20Tahun%202020%20cap.pdf>.
- Kumar, N., & Quisumbing, A. (2014). *Building Resilince for Food and Nutrition Security. In Gender, Shocks, and Resilience*. Washington, USA: International Food Policy Research Institute.
- Luthar, S.S. (2003). *Resilience and vulnerability, adaptation in the context of chilhood adversities*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Maesaroh. (2019). Ancaman, faktor protektif dan resiliensi remaja di kota Bogor. *Jurnal Ilmu keluarga dan Perkembangan Anak*, 12(1).
- Meichenbaum, D. (2008). Bolstering Resilience: Benefiting from Lesson Learned. [www.melissainstitute.org](http://www.melissainstitute.org). Diakses Desember 2021.
- Pragholapati, A. (2020). *Resiliensi pada kondisi wabah Covid-19*. Academia.edu,1.
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The resilience factor*. New. York: Random House, Inc.
- Saniskoro, B. S. R., & Akmal, S. Z., (2017). Peranan penyesuaian diri di perguruan tinggi terhadap stres akademik pada mahasiswa perantau di Jakarta. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 4(1), 96. <https://doi.org/10.24854/jpu12017-82>.
- Simatupang, M., Sadijah, N. A., & Hemasti, R. A. G. (2021). *The commuter family: Keharmonisan keluarga*. Purbalingga: CV. Eureka Media Aksara.
- Sari, S.P., Aryansah, J. E., & Sari, K. (2020). Resiliensi mahasiswa dalam menghadapi pandemi covid-19 dan implikasinya terhadap proses pembelajaran. *Indonesian Journal of Guidance and Caunseling: Theory and Application*, 9 (1), 17-22. [Journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jbk](http://Journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jbk).