

HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN RESILIENSI PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENERJAKAN SKRIPSI

Syaikha Nabila dan Ali Mahmud Ashshiddiqi

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya,
Universitas Islam Indonesia, Jl. Kaliurang Km. 14,5 Sleman Yogyakarta

E-mail: ali.ma@uii.ac.id

Abstrak

Pengerjaan skripsi mengandung kompleksitas permasalahan psikologis bagi mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Penelitian kuantitatif ini melibatkan 218 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, terdiri dari 58 laki-laki dan 160 perempuan. Pengukuran efikasi menggunakan skala efikasi diri skripsi yang dibuat oleh Sari (2018) berdasarkan teori Bandura (1997), dan resiliensi diukur melalui skala *The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)* berdasarkan teori Connor dan Davidson (2003). Data yang terkumpul dianalisis dengan teknik uji korelasi *Spearman*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri dengan resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki oleh mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi maka semakin tinggi pula resiliensinya, dan sebaliknya. Penting bagi mahasiswa untuk memiliki efikasi diri yang tinggi agar mampu untuk bangkit dan beradaptasi dalam menghadapi kesulitan-kesulitan yang muncul selama mengerjakan skripsi.

Kata Kunci: efikasi diri, mahasiswa, resiliensi, skripsi

RELATIONSHIP BETWEEN SELF-EFFICACY AND RESILIENCE IN STUDENTS WORKING ON THESIS

Abstract

Thesis work contains the complexity of psychological problems for students. This study aims to determine the relationship between self-efficacy and resilience in students who are working on a thesis. This quantitative study involved 218 students who were working on their thesis, consisting of 58 males and 160 females. The measurement of efficacy uses the thesis self-efficacy scale created by Sari (2018) based on Bandura's (1997) theory, and resilience is measured through *The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)* based on the theory of Connor and Davidson (2003). The data collected were analyzed by the *Spearman* correlation test technique. The results of this study indicate that there is a significant positive relationship between self-efficacy and resilience in students who are working on their thesis. The higher the self-efficacy possessed by students who are working on their thesis, the higher their resilience, and vice versa. It is important for students to have high self-efficacy in order to be able to rise and adapt in the face of difficulties that arise while working on a thesis.

Keywords: resilience, self-efficacy, student, thesis

Pendahuluan

Skripsi merupakan tugas mengerjakan karya tulis penelitian bagi mahasiswa tingkat akhir yang bertujuan mengembangkan kemampuan akademik mahasiswa sebagai muara dari seluruh pengalaman belajarnya (Rachman & Indriana, 2013). Bagi sebagian mahasiswa, skripsi dapat menjadi

sumber tekanan (*stressor*) dalam menyelesaikan studi di perguruan tinggi. Menurut Fadillah (2013) penulisan karya ilmiah skripsi dapat menjadi kendala yang membebani sebagian mahasiswa karena kesulitan yang ada pada tugas akhir ini.

Hal tersebut sesuai dengan temuan peneliti saat mewawancarai sejumlah mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi pada salah satu universitas swasta di Yogyakarta. Melalui wawancara tersebut peneliti mengetahui bahwa empat dari lima mahasiswa mengatakan bahwa skripsi merupakan tugas selama masa perkuliahan yang paling tinggi bebannya. Skripsi dianggap mengandung kesulitan tersendiri bagi sebagian mahasiswa karena banyaknya hambatan atau kendala yang dihadapi saat mengerjakannya. Kesulitan ini di antaranya muncul ketika mencari judul dan jurnal sebagai referensi, melakukan revisi berkali-kali, dan mengerjakan penulisan dalam waktu yang lama. Kesulitan-kesulitan ini membuat mahasiswa tertekan selama menyusun skripsi.

Kesulitan dan tekanan yang besar dalam menyusun skripsi dapat mendorong munculnya kecemasan dan stres di mana *problem-problem* psikologis ini dikhawatirkan menimbulkan dampak lebih buruk lagi pada diri mahasiswa. Kecemasan mahasiswa ketika mengerjakan skripsi antara lain ditandai dengan sakit kepala, insomnia, cepat merasa lelah, gelisah, gugup, putus asa, depresi, pusing, pikiran menjadi kacau hingga dampak buruk bagi orang lain yang menjadi sasaran pelampiasan kemarahan (Wakhyudin & Putri, 2020). Situasi terburuk yang mungkin terjadi selanjutnya adalah mahasiswa melakukan bunuh diri. Kasus bunuh diri karena stres saat mengerjakan skripsi pernah terjadi pada bulan Juli tahun 2020 di mana seorang mahasiswa diketahui mengakhiri hidupnya dengan gantung diri di rumahnya (Dewi, 2020).

Kesulitan penyelesaian tugas skripsi di kalangan mahasiswa bersifat kompleks dan lebih banyak dipengaruhi oleh faktor-faktor internal psikologis mahasiswa daripada faktor eksternal (Adeliana, 2018). Hal ini telah menarik perhatian peneliti-peneliti terdahulu untuk menguji aspek-aspek psikologis dalam penyelesaian tugas akhir mahasiswa tersebut, di antaranya *self-efficacy* dan motivasi (Al-Azhar & Cucuani, 2011), *hardiness* dan optimisme (Rachman & Indriana, 2013), *hardiness* dan stres akademik (Sekariansah & Sakti, 2015), kecemasan terhadap karir masa depan dan konsep diri akademik dengan prokrastinasi skripsi (Apriliana, 2016), optimisme dan *problem focused coping* (Suwarsi & Handayani, 2017), berpikir positif dan resiliensi (Muslimin, 2021), serta *hardiness* dan stres akademik selama pandemi Covid 19 (Azizah & Satwika, 2021).

Penelitian Pasaribu dkk. (2016) mengungkap bahwa faktor internal kesulitan dalam pengerjaan skripsi terutama berkaitan dengan motivasi mahasiswa yang kurang. Mahasiswa menganggap skripsi sebagai tugas akhir yang sulit untuk dikerjakan. Anggapan ini menimbulkan sikap kurang yakin terhadap kemampuan diri sendiri dan perasaan terbebani dengan matakuliah skripsi sehingga menjadikan mahasiswa kadang malas untuk mengerjakannya. Arti penting faktor internal berupa motivasi mahasiswa untuk menyelesaikan tugas skripsi juga ditegaskan oleh Wulandari, dkk. (2020) serta Asmawan (2016). Menurut peneliti selain motivasi sebagai faktor internal kesulitan mengerjakan skripsi, yang menarik diteliti lebih lanjut adalah resiliensi. Jika motivasi dibutuhkan mahasiswa agar bersungguh-sungguh mengerjakan skripsi, resiliensi menjadi kemampuan penting yang diperlukan mahasiswa agar dapat menghadapi kesulitan-kesulitan selama mengerjakan tugas tersebut. Apabila mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi tidak memiliki resiliensi yang tinggi maka kemungkinan besar akan mengalami kecemasan dan stres beserta dampak-dampak negatif yang merugikan dirinya atau bahkan mengancam jiwanya. Demikian pula tanpa resiliensi yang baik

mahasiswa dapat mengalami kegagalan dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi sehingga berisiko besar terhadap kelulusannya menempuh studi di perguruan tinggi.

Mahasiswa yang mengalami kecemasan dan stres saat mengerjakan skripsi beserta dampak-dampak buruk yang menyertainya dapat dikatakan memiliki resiliensi yang rendah. Resiliensi sendiri merupakan kemampuan individu untuk dapat bangkit dan berkembang ketika menghadapi sebuah kesulitan atau kesengsaraan (*adversity*) (Connor & Davidson, 2003; Reivich & Shatte, 2002). Resiliensi mahasiswa dalam mengerjakan skripsi berarti kemampuan mahasiswa untuk bangkit dan berkembang saat menghadapi kesulitan-kesulitan selama menyelesaikan skripsi. Mengingat skripsi merupakan kewajiban sekaligus persyaratan kelulusan kuliah di perguruan tinggi yang suka maupun tidak suka mahasiswa harus menyelesaikannya, resiliensi dengan demikian sangat dibutuhkan mahasiswa yang sedang mengerjakannya.

Connor dan Davidson (2003) menjelaskan bahwa resiliensi memiliki lima aspek, yaitu: (1) kompetensi personal yang diartikan sebagai sejauh mana individu memiliki keinginan untuk bangkit; (2) Kuat menghadapi tekanan, yakni berkaitan dengan ketenangan dan toleransi yang tinggi terhadap efek negatif yang mungkin muncul ketika mengalami kesulitan, kegagalan, atau keterpurukan; (3) Menerima perubahan secara positif di mana individu dapat menerima dan mengartikan sebuah perubahan itu secara positif serta mampu beradaptasi dengan perubahan tersebut; (4) Aspek pengendalian diri yang mengacu pada kemampuan individu untuk dapat mengendalikan dirinya walaupun sedang berada pada situasi yang tidak diharapkan; dan (5) Spiritualitas, yaitu keyakinan individu akan ketetapan yang telah ditentukan oleh Tuhan.

Menurut Reivich dan Shatte (2002) resiliensi bukanlah sebuah kepribadian, melainkan sebuah kontinum yang dapat dipelajari dan dapat ditingkatkan dengan faktor-faktor tertentu. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi antara lain: regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, kemampuan analisis masalah, empati, *reaching out*, dan efikasi diri. Selain faktor-faktor internal yang dapat meningkatkan resiliensi individu, terdapat faktor lain yang mempengaruhi resiliensi secara eksternal. Sebagaimana dinyatakan oleh Kinanti, dkk. (2020) bahwa resiliensi komunitas menjadi prediktor yang signifikan bagi resiliensi mahasiswa secara umum. Semakin resilien komunitas di mana seorang mahasiswa tinggal, maka mahasiswa itu semakin resilien.

Berkenaan dengan resiliensi dalam penyelesaian skripsi, peneliti-peneliti terdahulu telah mengungkap variabel-variabel yang berhubungan dengannya, antara lain berpikir positif (Muslimin, 2021), *mindfulness* (Salsabila, 2021), *self-compassion* (Hatari & Setyawan, 2018), spiritualitas (Cahyani & Akmal, 2017), dan optimisme (Roellyana & Listiyandini, 2016). Adapun penelitian ini sendiri, didasarkan pada pendapat Reivich dan Shatte (2002), ingin mengetahui hubungan antara efikasi diri dan resiliensi mahasiswa dalam mengerjakan skripsi. Efikasi diri juga telah diteliti sebelumnya dalam konteks penyelesaian skripsi, dan terbukti memiliki hubungan positif dengan motivasi mahasiswa menyelesaikan skripsi (Al-Azhar & Cucuani, 2011) dan kemampuan menulis skripsi (Sari, 2018).

Hasil penelitian-penelitian sebelumnya telah memperkuat bukti yang bersifat umum tentang efikasi diri dan resiliensi. Studi meta-analisis yang dilakukan Utami dan Helmi (2017), serta pandangan Schwarzer dan Warner (2013) menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara efikasi diri dengan resiliensi. Mufidah (2017) juga menyatakan bahwa semakin besar efikasi diri seseorang, maka semakin besar pula tingkat resiliensi yang dimiliki. Begitu pula Sari (2017) mengungkapkan bahwa efikasi diri dapat membuat individu menjadi tidak ragu dan percaya penuh akan kemampuan dirinya sehingga ia dapat menghadapi dan bangkit dari masalah. Selain itu Oktaningrum dan Santhoso (2018)

menjelaskan bahwa individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan terus berusaha mencari jalan keluar dari masalah yang dihadapi sehingga individu tersebut dapat beradaptasi dan bangkit dari masalah atau kesulitan-kesulitannya. Reivich dan Shatte (2002) menegaskan bahwa efikasi diri dapat mempengaruhi dan meningkatkan kemampuan resiliensi individu. Penelitian ini lebih lanjut ingin membuktikan apakah efikasi diri memiliki hubungan yang positif dengan resiliensi mahasiswa dalam mengerjakan skripsi.

Berdasarkan penelusuran peneliti tentang hasil-hasil penelitian sebelumnya, penelitian tentang efikasi diri dan resiliensi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi menjadi penting. Keyakinan tentang kemampuan diri dan kekuatan mental menjadi kunci utama yang diperlukan mahasiswa agar dapat melewati kesulitan demi kesulitan pada saat mengerjakan skripsi. Penelitian kali ini memiliki tujuan untuk mengetahui resiliensi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi ditinjau dari efikasi diri. Adapun hipotesis yang dinyatakan adalah bahwa ada hubungan yang positif antara efikasi diri dengan resiliensi mahasiswa yang mengerjakan skripsi.

Metode Penelitian

Penelitian kuantitatif ini bertujuan mengetahui resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi ditinjau dari efikasi diri. Adapun desain penelitian ini adalah korelasional dengan dua variabel utama, yaitu efikasi diri dan resiliensi. Peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* dalam memilih responden karena adanya pertimbangan-pertimbangan kriteria responden yang sudah ditetapkan. Responden yang dilibatkan dalam penelitian ini adalah mahasiswa dan mahasiswi yang berasal dari 8 fakultas di Universitas Islam Indonesia (UII), dengan kriteria: laki-laki atau perempuan, berusia antara 20-23 tahun, dan sedang mengerjakan atau menyelesaikan tugas akhir skripsi. Total seluruh responden dalam penelitian ini ialah 232 orang. Namun dari seluruh skala yang diberikan pada responden, terdapat 14 responden yang dinyatakan gugur karena tidak sesuai dengan karakteristik responden pada penelitian ini, yaitu mahasiswa/mahasiswi yang sedang mengerjakan skripsi. Sehingga total akhir responden yang memenuhi kriteria dalam penelitian ini berjumlah 218 orang.

Data dalam penelitian ini dikumpulkan melalui kuesioner dalam bentuk skala. Terdapat dua skala yang digunakan, yaitu Skala Efikasi Diri Skripsi dan Skala *The Connor-Davidson Resilience Scale* (CD-RISC). Peneliti menggunakan skala efikasi diri yang dibuat oleh Sari (2018) dan berdasarkan pada aspek-aspek dari Bandura (1997), yaitu *magnitude* (tingkat kesulitan tugas), *generality* (keadaan yang umum), dan *strength* (tingkat kekuatan). Uji coba terhadap alat ukur ini dilakukan dengan menyebarkan kuesioner secara *online* pada mahasiswa/mahasiswi yang sedang mengerjakan skripsi dengan jumlah 44 orang. Skala ini terdiri dari 24 aitem *favourable* dengan skor reliabilitas *Cronbach's alpha* sebesar 0,920 dan nilai koefisien *corrected item-total correlation* bergerak dari 0.391 hingga 0.663. Terdapat 4 kategori jawaban dalam skala ini yang didasarkan pada sistem skala Likert, yaitu Sangat Yakin (SY), Yakin (Y), Tidak Yakin (TY), Sangat Tidak Yakin (STY). Skor pada aitem *favourable* diberikan dengan angka 0 sampai dengan 3, di mana skor 0 untuk jawaban Sangat Tidak Yakin (STY), skor 1 untuk jawaban Tidak Yakin (TY), skor 2 untuk jawaban Yakin (Y), dan skor 3 untuk jawaban Sangat Yakin (SY).

Adapun untuk mengukur resiliensi peneliti menggunakan skala CD-RISC yang telah diubah ke dalam bahasa Indonesia oleh Hermansyah (2019). Peneliti melakukan adaptasi pada alat ukur ini agar lebih sesuai dengan karakteristik responden penelitian. Alat ukur ini disusun berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Connor dan Davidson (2003), yaitu kompetensi personal, kuat menghadapi

tekanan, menerima perubahan secara positif, pengendalian diri, dan spiritualitas. Peneliti melakukan uji coba terhadap alat ukur ini kepada 44 orang mahasiswa/mahasiswi yang sedang mengerjakan skripsi. Skala tersebut terdiri dari 25 aitem *favourable* dengan skor reliabilitas *Cronbach's alpha* sebesar 0,897 dan nilai koefisien *corrected item-total correlation* bergerak dari 0.262 hingga 0.663. Kategori jawaban pada skala ini disesuaikan dengan skala Likert di mana terdapat lima kategori jawaban, yaitu: Sangat Tidak Sesuai (STS) dengan skor 0, Tidak Sesuai (TS) dengan skor 1, Netral (N) dengan skor 2, Sesuai (S) dengan skor 3, dan Sangat Sesuai (SS) dengan skor 4.

Hasil dan Pembahasan

Deskripsi Responden Penelitian

Responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa/mahasiswi yang sedang mengerjakan skripsi pada Universitas Islam Indonesia di Yogyakarta. Jumlah keseluruhan responden pada penelitian ini ialah 218 orang yang berasal dari delapan fakultas. Responden pada penelitian ini berjenis kelamin laki-laki dan perempuan dengan rentang usia 20-23 tahun. Deskripsi responden penelitian ini dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Data Demografik Responden

Data Demografik	<i>n</i>	%
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	58	26,6 %
Perempuan	160	73,4 %
Usia		
20 Tahun	17	7,8 %
21 Tahun	125	57,3 %
22 Tahun	67	30,7 %
23 Tahun	9	4,12 %
Fakultas		
FK	15	6,8 %
FPSB	106	48,6 %
FIAI	16	7,3 %
FBE	25	11,5 %
FTSP	4	1,8 %
FMIPA	37	17 %
FTI	5	2,3 %
FH	10	4,6 %

Catatan: *N* = 218

Berdasarkan Tabel 1, dapat diketahui bahwa responden dalam penelitian ini didominasi oleh responden berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 160 orang (73,4%), sedangkan laki-laki berjumlah 58 orang (26,6%). Jumlah responden yang berusia 20 tahun sebanyak 17 orang (7,8%), responden dengan usia 21 tahun sebanyak 125 orang (57,3%), responden dengan usia 22 tahun sebanyak 67 orang (30,7%), dan jumlah responden yang berusia 23 tahun sebanyak 9 orang (4,12%).

Sebagaimana data pada Tabel 1, jumlah responden yang berasal dari Fakultas Kedokteran (FK) sebanyak 15 orang (6,8%), Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya (FPSB) berjumlah 106 orang (48,6%), Fakultas Ilmu Agama Islam (FIAI) berjumlah 16 orang (7,3%), Fakultas Bisnis dan Ekonomika

(FBE) berjumlah 25 orang (11,5%), Fakultas Teknik Sipil dan Perencanaan (FTSP) berjumlah 4 orang (1,8%), Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam (FMIPA) berjumlah 37 orang (17%), Fakultas Teknik Industri (FTI) berjumlah 5 orang (2,3%), dan Fakultas Hukum (FH) berjumlah 10 orang (4,6%).

Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data penelitian digunakan untuk mengetahui tingkat efikasi diri skripsi dan resiliensi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Deskripsi data penelitian ini terdiri dari data hipotetik dan data empirik. Data hipotetik ialah skor yang diperoleh oleh responden penelitian, sedangkan data empirik ialah skor yang diperoleh dari hasil penelitian. Deskripsi data penelitian ini dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Hipotetik				Empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Efikasi Diri	0	72	36	12	17	71	46,9	8,9
Resiliensi	0	96	48	16	41	96	70,9	9,9

Berdasarkan deskripsi data penelitian, peneliti membuat kategorisasi responden pada kedua variabel, yakni variabel efikasi diri skripsi dan resiliensi. Kategorisasi yang digunakan bergerak dari sangat rendah sampai dengan sangat tinggi. Adapun hasil kategorisasi pada masing-masing variabel dapat diketahui dari Tabel 3 dan Tabel 4.

Tabel 3 menunjukkan bahwa tidak ada responden yang memiliki efikasi diri skripsi dengan kategori sangat rendah. Namun terdapat 2 responden yang masuk dalam kategori rendah dengan presentase 0,9%. Terdapat 70 orang responden yang memiliki efikasi diri skripsi dengan kategori sedang dengan presentase 32,1%, sebanyak 116 orang masuk ke dalam kategori tinggi dengan presentase 53,2%, dan responden yang masuk ke dalam kategori sangat tinggi berjumlah 30 orang dengan presentase 13,8%. Kategorisasi responden dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Kategorisasi Responden pada Variabel Efikasi Diri

Kategorisasi	Rentang Skor	Jumlah	Presentase
Sangat Rendah	$X < 14,4$	0	0 %
Rendah	$14,4 \leq X < 28,8$	2	0,9 %
Sedang	$28,8 \leq X < 43,2$	70	32,1 %
Tinggi	$43,2 \leq X < 57,6$	116	53,2 %
Sangat Tinggi	$X \geq 57,6$	30	13,8 %

Data kategorisasi responden pada variabelresiliensi dapat dilihat pada Tabel 4.

Tabel 4. Kategorisasi Responden pada Variabel Resiliensi

Kategorisasi	Rentang Skor	Jumlah	Presentase
Sangat Rendah	$X < 19,2$	0	0 %
Rendah	$19,2 \leq X < 38,4$	0	0 %
Sedang	$38,4 \leq X < 57,6$	10	4,6 %
Tinggi	$57,6 \leq X < 76,8$	145	66,5 %
Sangat Tinggi	$X \geq 76,8$	63	28,9 %

Adapun hasil kategorisasi responden pada variabel resiliensi, dari 218 responden penelitian, tidak ada responden yang memiliki resiliensi dengan kategori sangat rendah maupun rendah, 10 orang masuk ke dalam kategori sedang dengan presentase 4,6%, sedangkan 145 orang masuk ke dalam kategori tinggi dengan presentase 66,5%, dan sebanyak 63 orang masuk ke dalam kategori sangat tinggi dengan presentase 28,9%.

Berdasarkan uji normalitas melalui teknik *one-sample Kolmogorov-Smirnov Test* diketahui bahwa variabel efikasi diri skripsi memiliki nilai $p = 0,002$ ($p < 0,05$) dan variabel resiliensi memiliki nilai p sebesar 0,033 ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki sebaran data yang tidak normal. Adapun hasil uji linearitas menunjukkan bahwa kedua variabel linear dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Oleh karena itu, peneliti melakukan uji hipotesis menggunakan teknik non parametrik dengan teknik korelasi *Spearman*. Hasil uji hipotesis dapat dilihat pada Tabel 5.

Tabel 5. Hasil Uji Hipotesis

Variabel	r	r ²	p	Keterangan
Efikasi Diri*Resiliensi	0,696	0,48	0,000	Signifikan

Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara efikasi diri dengan resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,696$ dengan $p=0,000$ ($p < 0,05$). Artinya, semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki oleh mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, maka semakin tinggi pula tingkat resiliensinya. Sebaliknya semakin rendah tingkat efikasi diri mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, maka semakin rendah pula resiliensi yang dimiliki mahasiswa tersebut. Hasil uji beda berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada Tabel 6.

Tabel 6. Hasil Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin

Variabel	Mean		N	p	Keterangan
	Efikasi Diri	Resiliensi			
Laki-Laki	134,02	132,28	58	0,001	Ada beda
Perempuan	100,61	101,24	160	0,001	Ada Beda

Berdasarkan hasil uji beda, dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan signifikan antara jenis kelamin laki-laki dan perempuan pada variabel efikasi diri dengan nilai signifikansi 0,001 ($p < 0,05$). Hasil yang sama juga terdapat pada variabel resiliensi dimana terdapat perbedaan yang signifikan antara jenis kelamin laki-laki dan perempuan dengan nilai signifikansi 0,001 ($p < 0,05$). Hal ini dapat diartikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan mengenai tingkat efikasi diri dan resiliensi antara laki-laki dan perempuan, di mana jenis kelamin laki-laki memiliki tingkat efikasi diri dan resiliensi yang lebih

tinggi dibandingkan dengan perempuan.

Pembahasan

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Berdasarkan hasil uji hipotesis yang telah dilakukan, diketahui bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri dengan resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, dengan koefisien korelasi sebesar $r = 0,696$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Oleh karena itu hipotesis pada penelitian ini diterima. Hasil ini menunjukkan bahwa ketika mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi memiliki efikasi diri yang tinggi, maka resiliensi yang ada pada dirinya juga semakin tinggi. Sebaliknya, semakin rendah efikasi diri yang dimiliki oleh mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, maka semakin rendah pula resiliensinya.

Hasil penelitian tersebut mendukung penelitian Al-Azhar dan Cucuani (2011) yang menemukan bahwa efikasi diri berhubungan dengan motivasi mahasiswa menyelesaikan skripsi, dan penelitian Sari (2018) yang mengungkapkan bahwa efikasi memiliki hubungan dengan kemampuan menulis skripsi pada mahasiswa. Efikasi diri dengan demikian dapat disimpulkan kembali sebagai faktor yang mempengaruhi mahasiswa selama mengerjakan skripsi. Selanjutnya, temuan peneliti kali ini melengkapi bukti dari penelitian-penelitian sebelumnya bahwa resiliensi mahasiswa dalam menyelesaikan skripsinya tidak hanya dipengaruhi oleh berpikir positif (Muslimin, 2021), *self-compassion* (Hatari dan Setiyawan, 2018), spiritualitas (Cahyani & Akmal, 2017), dan optimisme (Roellyana & Listiyandini, 2016). Berdasarkan bukti empiris peneliti membuktikan bahwa efikasi diri mahasiswa juga berpengaruh pada resiliensi tersebut.

Hasil analisis dalam penelitian ini menunjukkan bahwa efikasi diri skripsi dan resiliensi memiliki koefisien determinasi (r^2) sebesar 0,48. Hal ini dapat diartikan bahwa variabel efikasi diri memberikan sumbangan efektif sebesar 48% terhadap variabel resiliensi. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa resiliensi yang dimiliki oleh mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi pada Universitas X ini dipengaruhi oleh efikasi diri sebesar 48% sedangkan sisanya yaitu sebesar 52% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang belum diketahui dalam penelitian ini. Berdasarkan penelitian-penelitian terdahulu, faktor-faktor lain yang mempengaruhi resiliensi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dapat berupa faktor-faktor internal seperti berpikir positif, optimisme, *self-compassion*, dan sebagainya. Demikian pula faktor-faktor lain yang dimaksud dapat bersifat eksternal di luar diri mahasiswa yang telah banyak diteliti sebelumnya.

Hasil penelitian ini menegaskan bahwa efikasi diri merupakan faktor internal mahasiswa di mana faktor ini terbukti lebih berpengaruh dibandingkan dengan faktor eksternal. Hal ini sebagaimana terungkap melalui penelitian Adelina (2018) serta penelitian Kusuma dan Indrawati (2013) sebelumnya. Arti penting faktor internal mahasiswa dalam mengerjakan skripsi juga telah ditegaskan oleh Wulandari, dkk. (2020) dan Asmawan (2016). Secara lebih umum, hasil yang peneliti temukan juga mendukung penjelasan Reivich dan Shatte (2002) tentang resiliensi dan faktor-faktor yang mempengaruhinya, yakni regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, kemampuan analisis masalah, empati, *reaching out*, dan efikasi diri.

Berdasarkan kategorisasi yang peneliti susun dari hasil penelitian, sebagian besar responden penelitian memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi dengan jumlah 116 orang dengan presentase sebesar 53,2%, sedangkan 30 orang masuk ke dalam kategori sangat tinggi dengan presentase 13,8%, dan 70 orang masuk kategori sedang dengan presentase 32,1%, serta 2 orang masuk dalam kategori rendah

dengan presentase 0,9%. Kategorisasi ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki efikasi diri yang tinggi sehingga resiliensi mereka dalam mengerjakan skripsi juga tinggi.

Menurut Bandura (1997) seorang individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi melihat sebuah kesulitan sebagai tantangan yang harus dihadapi dan bukan sebagai ancaman. Hal ini disebabkan oleh rasa percaya dan rasa yakin terhadap kemampuannya sendiri bahwa individu tersebut dapat menyelesaikan kesulitan itu dengan baik. Mahasiswa yang yakin dan percaya akan kemampuannya untuk menyelesaikan skripsi dengan baik, akan terus berusaha menyelesaikan skripsi tersebut tanpa kenal lelah. Keyakinan dan usaha inilah yang membuat mahasiswa dapat bangkit dan beradaptasi dengan kesulitan-kesulitan yang dihadapi selama mengerjakan skripsi. Efikasi diri, sebagaimana dinyatakan Sari (2017), dapat membuat individu mahasiswa menjadi tidak ragu dan percaya penuh akan kemampuan dirinya sehingga dirinya dapat menghadapi dan bangkit dari masalah yang ditemui ketika mengerjakan skripsi.

Peneliti juga melakukan analisis tambahan, yaitu uji beda untuk kedua variabel yang diteliti berdasarkan jenis kelamin. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat efikasi diri yang signifikan antara responden laki-laki dan perempuan dengan nilai $p=0,001$ ($p < 0,05$). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Fallan dan Opstad (2016) di mana hasil penelitian tersebut menyebutkan bahwa tingkat efikasi diri pada mahasiswa lebih tinggi dibandingkan dengan efikasi diri pada mahasiswi dalam mata kuliah prinsip ekonomi. Penelitian Wang, dkk. (2019) juga menyatakan bahwa secara umum, efikasi diri pada laki-laki lebih tinggi dibandingkan dengan efikasi diri pada perempuan.

Hasil uji beda pada variabel resiliensi juga menunjukkan hasil yang sama di mana terdapat perbedaan antara laki-laki dan perempuan terkait tingkat resiliensi dalam mengerjakan skripsi di mana mahasiswa lebih tinggi tingkat resiliensinya dibandingkan dengan mahasiswi, dengan nilai signifikansi sebesar 0,001 ($p < 0,05$). Hasil ini sesuai temuan Salamah dkk. (2020), bahwa resiliensi mahasiswa keperawatan lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswi keperawatan dalam mengerjakan skripsi. Karakteristik demografi lain yang dapat menentukan resiliensi ini adalah usia, budaya, agama, dan status pernikahan. Namun demikian hasil ini berbeda dengan temuan penelitian Jamil (2021) yang menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan resiliensi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi ditinjau dari jenis kelamin.

Penelitian kali ini masih mengandung kelemahan atau keterbatasan. Pengumpulan data melalui angket secara *online* melalui *Google Form* menyebabkan peneliti tidak dapat terlibat secara langsung saat proses pengambilan data, sehingga pengawasan langsung terhadap responden saat mengisi kuesioner tidak dapat dilakukan. Selain itu, proses pengambilan data ini juga memakan waktu yang cukup lama karena keterbatasan peneliti untuk menjangkau secara *online* mahasiswa atau mahasiswi yang sedang mengerjakan skripsi. Kelemahan yang lain ialah peneliti ini belum mengungkap faktor-faktor lain yang juga turut mempengaruhi resiliensi, seperti regulasi emosi, pengendalian impuls, kemampuan analisis masalah, empati, *reaching out*, dan dukungan sosial. Peneliti juga belum menyertakan faktor-faktor demografi yang lebih lengkap, serta belum menganalisa faktor tahun angkatan yang mempengaruhi resiliensi mahasiswa dalam mengerjakan skripsi.

Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara efikasi diri dan resiliensi mahasiswa dalam mengerjakan skripsi. Peneliti menyimpulkan bahwa efikasi diri memiliki hubungan korelasi yang

positif dengan resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki oleh mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, maka semakin tinggi pula resiliensinya. Sebaliknya, semakin rendah efikasi diri, maka akan semakin rendah resiliensi yang dimiliki oleh mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Kesimpulan lain yang juga dapat dikemukakan dari temuan lain yaitu terdapat perbedaan tingkat efikasi diri yang signifikan antara mahasiswa dan mahasiswi. Perbedaan yang sama juga ditemukan dalam tingkat resiliensi. Mahasiswa memiliki tingkat efikasi diri dan resiliensi lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswi.

Berdasarkan kesimpulan tersebut, penting bagi para mahasiswa dan mahasiswi memiliki efikasi diri dan resiliensi selama mengerjakan tugas akhir skripsi. Apabila kedua hal ini tidak dimiliki, mahasiswa ataupun mahasiswi bisa mengalami kondisi-kondisi mental yang buruk yang dapat mengancam keselamatan jiwanya dan keberhasilannya menempuh studi di perguruan tinggi. Pengelola perguruan tinggi selain mewujudkan iklim akademik yang baik, khususnya dalam program bimbingan skripsi, hendaknya juga menyediakan fasilitas-fasilitas konseling yang memadai agar kebutuhan psikologis selama proses pengerjaan skripsi juga terpenuhi.

Bagi peneliti-peneliti berikutnya, disarankan untuk berinteraksi langsung saat pengambilan data agar data yang diperoleh berkualitas, dan sedapatnya melibatkan responden penelitian yang lebih banyak agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan secara lebih luas. Selain itu, data-data demografis, seperti domisili, status sosial, serta data-data lain perlu ditambahkan di dalam kuesioner supaya memperkaya temuan-temuan penelitian. Penelitian-penelitian selanjutnya tentang pengerjaan skripsi tetap dibutuhkan untuk mengungkap variabel-variabel lain yang berpengaruh terhadap resiliensi yang belum diketahui dalam penelitian ini, seperti regulasi emosi, pengendalian impuls, kemampuan analisis masalah, empati, *reaching out*, ataupun dukungan sosial.

Daftar Pustaka

- Adelina, S. (2018). Faktor penyebab lamanya mahasiswa menyelesaikan skripsi di Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Padang. *Jurnal Ecogen*, 1(1), 184-196. <http://dx.doi.org/10.24036/jmpe.v1i1.4738>
- Al-Azhar, R., & Cucuani, H. (2011). Hubungan *self efficacy* dengan motivasi menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim (UIN SUSKA). *Jurnal Psikologi*, 7(1), 1-13. <http://dx.doi.org/10.24014/jp.v7i1.5446>
- Apriliansa, R. (2016). Hubungan antara kecemasan terhadap karir masa depan dan konsep diri akademik dengan prokrastinasi skripsi pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Proyeksi*, 11(1), 24-35. <http://dx.doi.org/10.30659/jp.11.1.24-35>
- Asmawan, M.C. (2016). Analisis kesulitan mahasiswa menyelesaikan skripsi. *Jurnal Pendidikan Ilmu Sosial*, 26(2), 51-57. <http://dx.doi.org/10.2317/jpis.v26i2.3331>
- Azizah, J.N., & Satwika, Y.W. (2021). Hubungan antara *hardiness* dengan stres akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi selama pandemi covid 19. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(1), 212-223.
- Bandura, A. (1997). *The exercise of a control*. New York: W. H. Freeman and Company.
- Cahyani, Y. E., & Akmal, S. Z. (2017). Peranan spiritualitas terhadap resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. *Psikoislamedia*, 2(1), 32-41.

<http://dx.doi.org/10.22373/psikoislamedia.v2i1.1822>

- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The connor-davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76-82. <http://dx.doi.org/10.1002/da.10113>
- Dewi, R. K. (2020). *Viral soal kasus bunuh diri mahasiswa karena skripsinya kerap ditolak dosen, ini analisis pengamat pendidikan*. Diunduh 20 Juli 2020 dari <https://www.kompas.com/tren/read/2020/07/15/120405165/viral-soal-kasus-bunuh-diri-mahasiswa-karena-skripsinya-kerap-ditolak-dosen?page=all>
- Fadillah, A. E. (2013). Stres dan motivasi belajar pada mahasiswa psikologi Universitas Mulawarman yang sedang menyusun skripsi. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(3), 148-156. <https://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v1i3.3325>
- Fallan, L., & Opstad, L. (2016). Student self-efficacy and gender-personality interactions. *International Journal of Higher Education*, 5(3), 32-44. <https://doi.org/10.5430/ijhe.v5n3p32>
- Hatari, S., & Setyawan, I. (2018). Hubungan antara *self compassion* dengan resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 7(1), 54-59.
- Hermansyah, M. T. (2019). *Hubungan antara self-compassion dan resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai*. (Skripsi tidak dipublikasikan). Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia.
- Jamil, I.K. (2021). *Perbedaan resiliensi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi ditinjau berdasarkan jenis kelamin*. (Skripsi tidak dipublikasikan). Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.
- Kinanti, M.R., Grasiawaty, N., & Tresnawaty, Y. (2020). Resiliensi pada mahasiswa di Jakarta: Menilik peran komunitas. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 9(2), 249-268. <https://doi.org/10.30996/persona.v9i2.3449>
- Kusuma, A.T., & Indrawati, E.S. (2013). Procrastination in completing the thesis (Phenomenological qualitative study on psychology collegers of Diponegoro University Semarang). *Jurnal Empati*, 2(4), 1-10.
- Mufidah, A. C. (2017). Hubungan antara dukungan sosial terhadap resiliensi pada mahasiswa Bidikmisi dengan mediasi efikasi diri. *Jurnal Sains Psikologi*, 6(2), 68-74. <http://dx.doi.org/10.17977/um023v6i12017p068>
- Muslimin, Z.I. (2021). Berpikir positif dan resiliensi pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. *Jurnal Psikologi Integratif*, 9(1), 115-131. <https://doi.org/10.14421/jpsi.v9i1.2170>
- Oktaningrum, A., & Santhoso, F. H. (2018). Efikasi diri akademik dan resiliensi pada siswa SMA berasrama di Magelang. *Gajah Mada Journal of Psychology (GAMAJOP)*, 4(2), 127-134. <http://dx.doi.org/10.22146/gamajop.46359>

- Pasaribu, M.X.N., Harlin, & Syofii, I. (2016). Analisis kesulitan penyelesaian tugas akhir skripsi pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Teknik Mesin Universtas Sriwijaya. *Jurnal Pendidikan Teknik Mesin*, 3(1), 24-28. <https://doi.org/10.36706/jptm.v3i1.5346>
- Rachman, A. M., & Indriana, Y. (2013). *Hardiness* mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi ditinjau dari tingkat optimisme. *Jurnal Empati*, 2(4), 1-10.
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The resilience factors: 7 essential skill for overcoming life's ineventable obstacle*. New York: Broadway Books.
- Roellyana, S., & Listiyandini, R. A. (2016). Peranan optimisme terhadap resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi. *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia*, 1(1), 29-37.
- Salamah, A., Suryani, & Rakhmawati, W. (2020). Hubungan karakteristik demografi dan resiliensi mahasiswa keperawatan yang sedang mengerjakan skripsi. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 110-125. <http://dx.doi.org/10.24014/jp.v14i2.9835>
- Salsabila, S. Q. (2021). *Pengaruh mindfulness terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi Covid-19 di Universitas "X"*. (Skripsi tidak dipublikasikan). Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.
- Sari, C. A. (2017). Efikasi diri, dukungan sosial, dan resiliensi. *Nusantara of Reasearch: Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 4(1), 14-18.
- Sari, A. T. (2018). *Efikasi diri skripsi dan kemampuan menulis skripsi pada mahasiswa Universitas Islam Indonesia*. (Skripsi tidak dipublikasikan). Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia.
- Sekariansah, A.T., & Sakti, H. (2015). Hardiness relationship between stress with sort of students in thesis. *Jurnal Empati*, 2(4), 74-82.
- Schwarzer, R., & Warner, L. M. (2013). Perceived self-efficacy and its relationship to resilience. In S. Prince-Embury & D. H. Saklofske (Eds.), *Resilience in children, adolescents, and adults: Translating research into practice* (pp. 139–150). New York: Springer Science + Business Media. https://doi.org/10.1007/978-1-4614-4939-3_10
- Suwarsi, S., & Handayani, A. (2017). Hubungan antara optimisme dan *problem focused coping* pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. *Jurnal Psikologi Proyeksi*, 12(1), 35-44. <http://dx.doi.org/10.30659/jp.12.1.35-44>
- Utami, C. T., & Helmi, A. F. (2017). *Self-efficacy* dan resiliensi: Sebuah tinjauan meta-analisis. *Buletin Psikologi*, 25(1), 54-65. <http://dx.doi.org/10.22146/buletinpsikologi.18419>
- Wakhyudin, H. & Putri, A.D.S. (2020). Analisis kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. *WASIS: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 1(1), 14-18. <https://doi.org/10.24176/wasis.v1i1.4707>
- Wang, Y., Xu, L., Qin, W., Zhang, J., Xia, Y., Jing, X., Li, Y. (2019). Gender difference in general self-efficacy among young-old elderly aged 60-74 in rural Shandong China: A Cross-sectional survey. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(24), 5070, 1-12. <http://>

10.3390/ijerph16245070.

Wulandari, R., Ridlo, S., & Isnaeni, W. (2020). Pengaruh faktor internal dan eksternal terhadap penyelesaian skripsi mahasiswa pendidikan biologi Universitas Negeri Semarang. *Jurnal Pendidikan Biologi*, 12(1), 8-15. <http://dx.doi.org/10.17977/um052v12i1p8-15>