

# Development of a Tool for Measuring Student Academic Resilience

Aji Dini Nadira Nurfariza<sup>1\*</sup>, Ajwidatul Hasanah<sup>2</sup>, Diyah Mustika Ramadhany<sup>3</sup>,  
Wa Rahmayanti<sup>4</sup>, Wika Afrilia<sup>5</sup>, and Dian Putriana<sup>6</sup>

Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Indonesia

\*Corresponding Author: [a.nadiraf31@gmail.com](mailto:a.nadiraf31@gmail.com)

## Abstract

Student academic resilience is a student's ability to adapt, face, and experience failure. Resilience is a concept that shows an individual's ability to overcome and adapt to difficult times. Therefore, appropriate measurement instruments are needed to determine the student's level of resilience. This research aims to develop a Resilience instrument for students based on the theory of Reivich and Shatte, (2002). From the results obtained, the research instrument on Student Resilience can measure the level of student resilience using aspects, namely the resilience aspect according to Reivich and Shatte (2002); 1. Emotion Regulation, 2. Impulse Control, 3. Optimist, 4. Causal Analysis, 5. Empathy, 6. Self-Efficacy ), 7. They are reaching out (Ability to achieve what you want). Data was analyzed quantitatively using the "Student Resilience" scale. A total of 307 student respondents, research data was tested using Cronbach's Alpha (Aiteman) and produced ( $\alpha=0.877$ ). The item test results showed that Cronbach's alpha was in the high category ( $\alpha=0.877$ ), so the "Student Resilience" scale in this study was good. From the results of research on Student Resilience, it can be seen that students' adaptability is influenced by social factors, perseverance, self-confidence, ability to control themselves and ability to control emotions.

**Keywords:** Psychology, adaptability, students, academic resilience

## 1. Pendahuluan

Resiliensi adalah kemampuan Individu untuk beradaptasi dan tetap teguh dalam berbagai masalah atau situasi sulit yang terjadi. Resiliensi yang dipandang penting bagi mahasiswa adalah resiliensi akademik. Proses pendidikan dibangku perkuliahan memang memiliki beberapa hal yang menarik untuk kita bahas. Mahasiswa memiliki masalah kompleks yang mampu membuatnya merasakan kegagalan. Salah satunya adalah dalam hal akademik. Resiliensi dipandang sebagai kemampuan untuk bangkit kembali dari situasi atau peristiwa yang traumatis. Secara psikologi diartikan sebagai kemampuan merespon secara fleksibel untuk mengubah kebutuhan situasional dan kemampuan untuk bangkit dari pengalaman emosional yang negatif. Menurut Martin dan Marsh ada sejumlah faktor resiko yang harus dihadapi mahasiswa seperti nilai yang rendah, mengejar batas waktu yang telah ditentukan, tugas yang sulit, absensi yang ketat, serta kewajiban mengikuti sejumlah kelas perkuliahan.

Singkatnya resiliensi akademik mengacu pada fenomena yang digambarkan dengan kemampuan mencapai hasil yang baik meskipun berhadapan seseorang yang telah melakukan resiliensi, mereka akan lebih tangguh dan menganggap kegagalan bukanlah titik akhir. Selain itu dengan resiliensi akan menemukan sistem untuk meningkatkan pola pikir atau pengetahuan yang lebih tinggi sehingga dapat mengatasi masalah secara menyeluruh, penuh perhatian dan semangat.

Seseorang yang mampu melakukan resiliensi bukan berarti tidak memiliki kecemasan, mereka memiliki kecemasan seperti kita semua, tetapi mereka telah belajar untuk mengatasi kecemasan dan keraguan yang membuat mereka merasa kesusahan, mengarahkan kita kepada mencapai suatu tingkat tertinggi suatu hal. Dalam penelitian ini dilakukan bertujuan untuk melihat tingkat resiliensi pada mahasiswa, untuk mengetahui seberapa efektif instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat resiliensi pada mahasiswa agar pengembangan instrumen dapat memberikan manfaat bagi mahasiswa baru.

Tujuan penelitian ini adalah ingin mengetahui perkembangan penelitian resiliensi akademik di Indonesia. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi seberapa komprehensif penelitian resiliensi akademik di Indonesia, dan apakah masih ada kesenjangan atau suatu sudut pandang yang belum tersentuh. Adapun pertanyaan utama dalam penelitian ini adalah: pertama, faktor-faktor apa saja yang telah terungkap memiliki kaitan dengan resiliensi akademik terhadap siswa dan mahasiswa Indonesia? Kedua, apa sudah ada instrumen pengumpulan data resiliensi akademik yang sesuai dengan karakteristik siswa dan mahasiswa Indonesia? terakhir, apa ada intervensi yang efektif untuk meningkatkan resiliensi akademik siswa dan mahasiswa Indonesia?

Penelitian yang dilakukan oleh Sholichah dkk. (2018) menemukan bahwa mahasiswa dalam menghadapi permasalahan dan kesulitan dalam bidang akademik, memiliki respon yang berbeda-beda ada yang berfikir tidak dalam jangka panjang dan ada pula yang memiliki emosi negatif. Mahasiswa yang memiliki resiliensi akademik yang tinggi akan lebih optimis terhadap tantangan yang mereka hadapi dan percaya bahwa segala sesuatu dapat menjadi lebih baik, sehingga stres yang disebabkan tekanan akademik dapat diminimalkan (Shahnaz Roellyana, 2016). Reivich dan Shatte (2002) menyatakan mahasiswa yang memiliki resiliensi akademik yang tinggi akan memiliki empati yang tinggi. Resiliensi dibutuhkan mahasiswa agar dia mampu bertahan dalam tekanan pada bidang akademik.

## 2. Tinjauan Pustaka

### Konstruk Resiliensi Akademik

Menurut Reivich dan Shatte (2002) resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk bertahan dan beradaptasi, terhadap suatu tekanan, mampu mengatasi dan melewati, serta mampu pulih kembali dari keterpurukan. Resiliensi menggambarkan kemampuan seseorang untuk merespon adversity atau trauma yang dihadapi secara sehat dan produktif. Menurut Martin dan Marsh ada sejumlah faktor resiko yang harus dihadapi mahasiswa seperti nilai yang rendah, mengejar batas waktu yang telah ditentukan, tugas yang sulit, presensi yang ketat, serta kewajiban mengikuti sejumlah kelas perkuliahan. Singkatnya resiliensi akademik mengacu pada fenomena yang digambarkan dengan kemampuan mencapai hasil yang baik meskipun berhadapan dengan kesulitan dalam beradaptasi dan mengikuti perkembangan akademik. Menurut Cassidy (2016) resiliensi akademik ialah kemampuan individu dalam mengatasi, meningkatkan keberhasilan, dan bangkit dari permasalahan-permasalahan yang dihadapi dari bidang pendidikan. Individu menganggap bahwa permasalahan yang dihadapi tersebut sebagai dorongan untuk bisa mengarahkan segala potensi

yang dimiliki agar potensi dalam dirinya dapat berkembang. Resiliensi secara operasional adalah kemampuan mahasiswa dalam berpikir menghadapi kesulitan dan tekanan serta kemampuan mahasiswa untuk mempertahankan kinerja akademik dalam menghadapi kehidupan agar tetap sukses secara akademis meskipun memiliki latar belakang yang kurang beruntung. Resiliensi mahasiswa sebagai proses aktif yang terjadi pada individu untuk menunjukkan fungsi adaptif dalam kemampuan untuk beradaptasi terhadap perubahan keadaan dan bertahan dalam menghadapi berbagai kesulitan agar mahasiswa dapat bertahan dan beradaptasi terhadap suatu tekanan, mampu mengatasi dan melewati permasalahan, serta mampu bangkit dari keterpurukan.

Fokus penyusunan alat ukur yang dikembangkan berdasarkan definisi di atas terdapat 7 aspek resiliensi menurut Reivich dan Shatte (2002) yaitu resiliensi terbentuk dari tujuh aspek dalam diri seseorang, yaitu *emotion regulation*, *impulse control* (pengendalian diri), *optimis*, *causal analysis* (analisis penyebab masalah), *empathy* (empati), *self-efficacy* (efikasi diri), dan *reaching out*.

### **Pengembangan Alat Ukur Psikologis Resiliensi Akademik Mahasiswa**

Penelitian resiliensi akademik ini telah banyak dilakukan di bidang pendidikan. Adapun manfaat mahasiswa menerapkan resiliensi yaitu mahasiswa dapat menghadapi tantangan akademik dan kehidupan dengan lebih baik, mengembangkan ketahanan mental mahasiswa, meningkatkan kemampuan adaptasi, serta memperkuat kemampuan menyelesaikan masalah. Resiliensi dapat membentuk mahasiswa lebih efektif dan meningkatkan kemandirian serta kepercayaan diri mahasiswa, membantu mengidentifikasi mahasiswa dalam menunjukkan kemampuannya untuk mengatasi dan beradaptasi terhadap masa-masa sulit yang dihadapi mahasiswa.

Penyusunan alat ukur ini berdasarkan teori yang telah disebutkan di atas yaitu *emotion regulation*, *impulse control*, *optimist* (optimis), *causal analysis* (analisis penyebab masalah), *empathy* (empati), *self-efficacy* (efikasi diri), *reaching out* (kemampuan untuk meraih apa yang diinginkan). Kebutuhan ini disusun berdasarkan item-item yang menggambarkan indikator dari aspek resiliensi akademik. Aitem tersebut telah dinilai oleh *expert judgment* untuk dilakukan uji validitas dan reliabilitas.

Resiliensi merupakan kemampuan yang dibutuhkan kesiapan mental dan fisik, serta kematangan dalam mempersiapkan berbagai kemungkinan untuk berhasil maupun gagal (Anggraini dkk., 2017). Menurut Reivich dan Shatte resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk bertahan dan beradaptasi terhadap suatu tekanan, mampu mengatasi dan melewati, serta mampu pulih kembali dari keterpurukan. Resiliensi menggambarkan kemampuan seseorang untuk merespon *adversity* atau trauma yang dihadapi secara sehat dan produktif. Individu menganggap bahwa permasalahan yang dihadapi tersebut sebagai dorongan untuk bisa mengerahkan segala potensi yang dimiliki agar potensi dalam dirinya dapat berkembang.

Terbentuknya resiliensi dalam perkembangan individu terdapat tiga faktor sumber sumber resiliensi. Pertama, berasal dari kondisi individu secara personal, seperti kemampuan individu untuk berkomunikasi, mudah bergaul dengan orang lain dan memiliki kemampuan penyelesaian masalah. Kedua, berasal dari lingkungan keluarga yang peduli, dalam hal ini keluarga saling mendukung antara orangtua dan anak atau dengan keluarga besarnya. Ketiga lingkungan komunitasnya, sebagai faktor

protektif akan memperkuat resiliensi yang ditunjukkan secara jelas bahwa guru sebagai model mempunyai peran positif yang sangat efektif (Baron, 2001). Resiliensi akademik merupakan suatu kondisi dimana seorang siswa atau mahasiswa yang mengalami kesulitan maupun hambatan, namun dapat tetap berhasil dengan baik dalam bidang akademik serta pendidikan secara umum. Resiliensi bukan hanya hasil, namun juga proses dari para siswa dan mahasiswa untuk tetap meraih hasil akademik tinggi meskipun memiliki latar belakang yang beresiko tinggi (Morales & Trotman, 2011). Latar belakang beresiko adalah siswa atau mahasiswa yang menghadapi peristiwa atau kejadian dengan tingkat stres tinggi namun tetap memiliki kompetensi akademik tinggi (Fiorilli et al., 2020; Gordon, 1995) serta kemampuan mahasiswa untuk mempertahankan kinerja akademik dalam menghadapi kehidupan agar tetap sukses secara akademis meskipun memiliki latar belakang yang kurang beruntung. Resiliensi mahasiswa sebagai proses aktif yang terjadi pada individu untuk menunjukkan fungsi adaptif dalam kemampuan untuk beradaptasi terhadap perubahan keadaan dan bertahan dalam menghadapi berbagai kesulitan. Agar mahasiswa dapat bertahan dan beradaptasi terhadap suatu tekanan, mampu mengatasi dan melewati permasalahan, serta mampu bangkit dari keterpurukan.

### 3. Metode

Penelitian ini untuk mengukur usaha mahasiswa bangkit dari keterpurukan dalam bidang akademik. Untuk memastikan alat ukur akurat, valid dan reliabel, menggunakan skala likert dengan skor 1-4. Jenis pengembangan alat ukur psikolog ini menggunakan teknik *cluster random sampling* yaitu pengambilan sample secara acak sesuai dengan area atau wilayah dari populasi mahasiswa. Hal tersebut bertujuan untuk meneliti resiliensi mahasiswa yang tersedia atau yang menjadi ciri khas di suatu Universitas, sehingga memperoleh responden beberapa mahasiswa di Universitas Negeri maupun Swasta yang ada di Indonesia, dengan itu mendapatkan sebanyak 307 responden.

#### Teknik pengumpulan data

Pengumpulan data menggunakan skala likert yang disusun melalui Google Formulir yang berisi pernyataan-pernyataan yang telah disusun peneliti, lalu disebar dan akan diisi oleh subjek penelitian yang sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan dalam pernyataan awal dalam Google Formulir. Pengumpulan data kuisisioner dengan menyebarkan ke platform media sosial seperti Instagram, WhatsApp, TikTok.

#### Uji Validitas

Validitas alat ukur banyak didasarkan pada relevansi isi pernyataan yang disusun berdasarkan rancangan yang tepat. Representasi dari keakuratan informasi validitas berarti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi dalam ukurnya (Azwar 2017). Penentuan alat ukur penelitian ini melalui penilaian dari 7 *expert judgement* atau ahli dalam bidang psikologi. Jika aitem dikatakan relevan maka aitem dapat dinyatakan layak untuk digunakan karena dapat mendukung validitas pada aitem.

#### Uji Reliabilitas

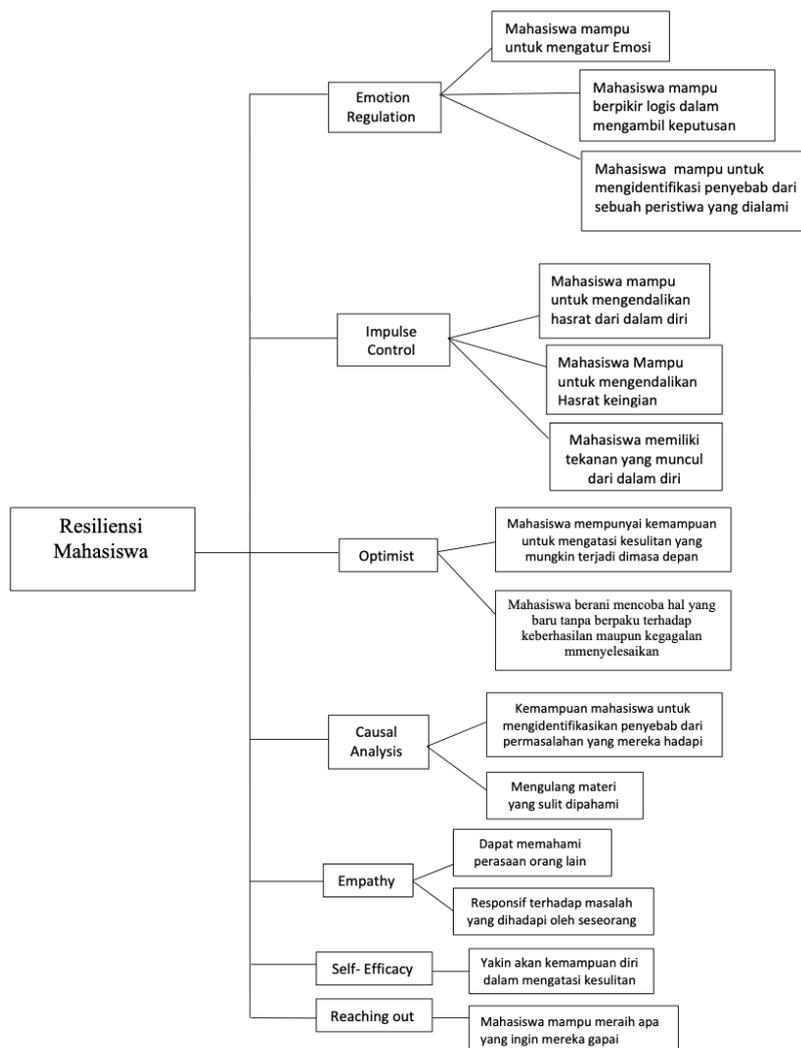
Reliabilitas adalah sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama (Azwar 2017). Pada langkah ini

menggunakan rumus *alpha cronbach* untuk menghasilkan estimasi reliabilitas. Semakin besar koefisien reliabilitas berarti semakin kecil kesalahan dalam pengukuran. Sebaliknya apabila semakin kecil koefisien reliabilitas yang dihasilkan maka semakin besar kesalahan dalam pengukuran tersebut.

#### 4. Hasil dan Diskusi

Berdasarkan hasil dari analisa statistik, diperoleh hasil deskripsi dari 307 responden. penelitian ini menggunakan teori Reivich dan Shatte (2002) yang mana pada teori tersebut memiliki 7 aspek. Aspek-aspek tersebut kemudian diolah untuk menjadi indikator pada item.

Gambar 1. Aspek dan Indikator



Berdasarkan **Gambar.1** di atas dapat diketahui aspek-aspek resiliensi akademik mahasiswa. pada aspek-aspek tersebut dapat diketahui bahwa sebenarnya mahasiswa mampu mengatasi tekanan dalam bidang akademik, dan usaha-usaha mahasiswa agar mereka dapat menyelesaikan permasalahan pada bidang akademik. Pada aspek pertama *emotional regulation* merupakan kemampuan seseorang untuk mengelola dan mengubah reaksi emosi, perilaku dan perhatian



**Tabel 2. Skala Statistik**

Scale:	0
N of Items	68
N of Examinees	307
Mean	2.449
Variance	0.049
Std. Dev.	0.222
Skew	-0.046
Kurtosis	-0.651
Minimum	1.803
Maximum	2.939
Median	2.456
Alpha	0.877
SEM	0.078
Mean P	N/A
Mean Item-Tot.	0.333
Mean Biserial	N/A
Max Score (Low)	N/A
N (Low Group)	N/A
Min Score (High)	N/A
N (High Group)	N/A

Elapsed Time: 8.225 seconds

Berdasarkan **Tabel 2.** di atas menunjukkan hasil *Cronbach's Alpha* yang didapatkan setelah uji reliabilitas sebanyak dua kali sebesar 0,877 dan *Standart Error Measurement (SEM)* 0,078 yang mana pada hasil ini menunjukkan hasil tersebut berada pada kategori tinggi (Azwar,2012).

Mahasiswa memiliki peran dalam Perguruan Tinggi sehingga mereka perlu memiliki persiapan dalam menangani permasalahan-permasalahan di bidang akademik. Resiliensi yang baik sangat diperlukan mahasiswa guna mempersiapkan dan melaksanakan tugas dengan baik serta menyelesaikan permasalahan-permasalahan tersebut. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa resiliensi akademik pada mahasiswa di Indonesia dipengaruhi oleh beberapa aspek. Reivich dan Shatte (2002) menyatakan bahwa individu yang memiliki resiliensi akademik yang tinggi akan memiliki empati yang tinggi. Hal ini individu dapat memahami orang lain sehingga mampu mengatasi permasalahan yang dihadapinya, sehingga mahasiswa mampu menyelesaikan tugas akademik tanpa adanya tekanan. Penelitian pengembangan alat ukur resiliensi membuktikan bahwa resiliensi akademik mahasiswa dapat digunakan untuk mengetahui kemampuan menyelesaikan permasalahan dalam bidang akademik.

## 5. Ucapan Terima Kasih, Pendanaan dan Kebijakan Etik

Puji dan syukur atas kehadirat Allah SWT yang telah memnerikan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga kami bisa menyelesaikan pengembangan instrumen yang berjudul "Resiliensi Akademik" yang dimana ini merupakan sebuah tugas akhir sebagai syarat Ujian Akhir Semester Mata Kuliah

Konstruksi Alat Tes. Kami mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membimbing. Kami ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Drs. Kumaidi, M.A., Ph.D dan Ibu Farida Rahayu, M.Psi., Psikolog selaku dosen pengampun mata kuliah konstruksi Alat Tes
2. Ibu Dian Putriana, M.Psi., sebagai dosen pembimbing
3. Asisten dosen yang telah membimbing kami dalam penyusunan tugas
4. Serta *expert judgement* yang telah membantu tugas kami

Kami menyadari penelitian ini masih banyak kekurangan sehingga kami mengharapkan kritik dan saran dari pembaca.

## Daftar Pustaka

- Damra, H. R., Imaniar, N., & Fitriana, R. (2021). Jurnal Psikologi Islam. *Nathiqiyah: Jurnal Psikologi Islam*, 04(105), 1–21.
- Grotberg, E. H. & Bernard van Leer. (1995). A guide to promoting resilience in children: strengthening the human spirit (Issue 8).
- Howard, S. (1999). Pengumpulan bukti validitas instrumen individual: skala resiliensi akademik pada mahasiswa. 1–32.
- Ima Fitri Sholichah, S. M. (2018). Self-esteem dan resiliensi akademik mahasiswa. *Proceeding National Conference Psikologi UMG*, 191-197.
- Lianda Marta, L. K. (2023). Resiliensi Remaja Ditinjau Berdasarkan Jenis Kelamin. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 371-376.
- Nan Henderson, m. M. (2003). *Resiliency in Schools: Making It Happen for Students and Education*.
- Shahnaz Roellyana, R. A. (2016). Peranan optimisme terhadap resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi. *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia*, 29-37.