

## BAB V

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. HASIL PENELITIAN

##### 1. Uji Asumsi

Uji asumsi menjadi bagian penting dalam sebuah penelitian. uji asumsi dilakukan untuk mendapatkan informasi mengenai data-data penelitian. Tujuannya adalah untuk mengetahui apakah data-data tersebut sudah memenuhi ketentuan/syarat penelitian agar dapat dilakukan analisis lebih lanjut, yaitu uji hipotesis. Uji asumsi dalam penelitian ini diantaranya uji normalitas, uji linearitas dan uji multikolinearitas dengan menggunakan program *Statistical Packages for Social Sciences (SPSS)*.

##### a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan supaya peneliti mendapatkan informasi mengenai normal atau tidaknya sebaran data yang diperoleh pada penelitian yang telah dilakukan. Data yang ada dapat dikatakan memiliki sebaran yang normal jika memiliki nilai  $p > 0,05$ .

Teknik *Kolmogorov-Smirnov Z* digunakan dalam uji normalitas pada ketiga variabel penelitian. Hasilnya adalah nilai  $p$  ketiga variabel lebih besar dari 0,05 ( $p > 0,05$ ). Hasil tersebut

menunjukkan bahwa ketiga variabel memiliki sebaran data yang normal.

Rincian hasil uji normalitas pada ketiga variabel penelitian adalah sebagai berikut: pada variabel *mindfulness* memiliki nilai *K-SZ* sebesar 0,941 dengan nilai  $p=0,338$ ; pada variabel spiritualitas memiliki nilai *K-SZ* sebesar 1,090 dengan nilai  $p=0,186$ ; pada variabel resiliensi akademik memiliki nilai *K-SZ* sebesar 0,958 dengan nilai  $p=0,318$ .

#### **b. Uji Linearitas**

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan linear antar variabel terikat dengan variabel bebas. Hubungan linear dapat diketahui dengan nilai  $p<0,05$ .

Pada uji linearitas antara variabel *mindfulness* dan resiliensi akademik diketahui nilai *F* sebesar 45,388 dengan nilai  $p<0,05$ . Hasil uji linearitas pada variabel spiritualitas dan resiliensi akademik diketahui nilai *F* sebesar 54,880 dengan nilai  $p<0,05$ . Hasil uji linearitas tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara variabel bebas dan variabel terikat.

#### **c. Uji Multikolinearitas**

Uji multikolinearitas dilakukan untuk mengetahui informasi mengenai hubungan linear antar variabel bebas dalam penelitian regresi linear berganda. Hubungan antara variabel bebas dan kriterium akan terganggu jika terdapat korelasi yang tinggi antar

variabel prediktor (*overlapping*). Pada model regresi, kriteria akan terpenuhi apabila tidak terdapat multikolinearitas.

Nilai *Varian Inflation Factor (VIF)* menunjukkan keberadaan hubungan linear antar variabel predictor. Hubungan dapat dinyatakan tidak linear (tidak terdapat multikolinearitas) apabila nilai  $VIF < 10$  dan nilai *tolerance* antara 0,00 - 1,00.

Hasil uji multikolinearitas menunjukkan bahwa nilai kedua variabel sama, yaitu dengan nilai  $VIF$  sebesar 1,323 ( $VIF < 10$ ) dan nilai *tolerance* sebesar 0,756. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat multikolinearitas antar variabel prediktor dalam penelitian ini.

## 2. Uji Hipotesis

### a. Hipotesis Mayor

Hipotesis mayor dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara *mindfulness* dan spiritualitas dengan resiliensi akademik. Pengujian hipotesis mayor dilakukan menggunakan analisis regresi berganda. Hasil analisis regresi berganda menunjukkan bahwa nilai  $R_{x_1x_2y} = 0,760$  dengan nilai  $F_{hitung}$  sebesar 44,389 ( $p < 0,01$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *mindfulness* dan spiritualitas dengan resiliensi akademik, sehingga hipotesis mayor dalam penelitian ini diterima.

Nilai *Adjusted R Square* sebesar 0,564 merupakan koefisien determinasi dari kedua variabel bebas. Variabel resiliensi

akademik dapat dijelaskan secara simultan oleh variabel *mindfulness* dan spiritualitas dengan persentase 56,4%. Hal ini menunjukkan bahwa *mindfulness* dan spiritualitas memberikan sumbangan efektif sebesar 56,4%, sedangkan sisanya sebesar 43,6% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diukur dalam penelitian ini.

#### **b. Hipotesis Minor**

Pengujian hipotesis minor diperoleh dengan menggunakan teknik analisis *pearson Correlation*. Dalam penelitian ini terdapat dua hipotesis minor.

##### 1) Uji hipotesis pertama

Variabel *mindfulness* dengan resiliensi akademik memiliki nilai  $r_{xy}$  sebesar 0,638 dengan ( $p < 0,01$ ). Hasil ini membuktikan bahwa terdapat hubungan yang positif dan sangat signifikan antara *mindfulness* dengan resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Semakin tinggi kemampuan *mindfulness* yang dimiliki mahasiswa maka akan semakin tinggi resiliensi akademik yang dimiliki mahasiswa, dan sebaliknya semakin rendah kemampuan *mindfulness* maka akan semakin rendah resiliensi akademik yang dimiliki mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis minor pertama diterima.

##### 2) Uji hipotesis kedua

Variabel spiritualitas dengan resiliensi akademik memiliki nilai  $r_{x_2y}$  sebesar 0,674 dengan ( $p < 0,01$ ). Hasil ini membuktikan bahwa terdapat hubungan yang positif dan sangat signifikan antara spiritualitas dengan resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Semakin tinggi spiritualitas yang dimiliki mahasiswa maka akan semakin tinggi resiliensi akademik yang dimiliki mahasiswa, dan sebaliknya semakin rendah spiritualitas maka akan semakin rendah resiliensi akademik yang dimiliki mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis minor pertama diterima.

### 3. Analisis Tambahan

#### a. Persamaan Garis Regresi

Konstanta variabel prediktor akan mempengaruhi variabel kriterium melalui persamaan regresi. Riduwan dan Sunarto (2014) menyatakan bahwa analisis regresi ganda dua variabel bebas dapat dirumuskan  $Y = a + b_1X_1 + b_2X_2$ . Berdasarkan pendapat yang dikemukakan tersebut, maka dapat dirumuskan persamaan garis regresi pada penelitian ini adalah  $Y = -9,194 + 0,549X_1 + 0,658X_2$ .

Diketahui bahwa  $X_1$  adalah variabel *mindfulness* dan  $X_2$  adalah variabel spiritualitas. Hal ini menunjukkan bahwa setiap satu unit perubahan yang terjadi pada variabel

*mindfulness*, maka akan diikuti oleh peningkatan variabel resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi sebesar 0,549. Setiap satu unit perubahan yang terjadi pada variabel spiritualitas, maka akan diikuti oleh peningkatan variabel resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi sebesar 0,658.

b. Uji Beda Subjek Laki-laki dan Perempuan

Tujuan dilakukan uji beda adalah untuk mengetahui perbedaan antara dua kelompok atau lebih yang digunakan dalam penelitian (Riduwan & Sunarto, 2014). Uji beda dalam penelitian ini diarahkan pada jenis kelamin. Hal ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan antara laki-laki dan perempuan dalam variabel *mindfulness*, spiritualitas, serta resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

**Tabel 5.1**  
**Deskripsi Rata-rata Skor Subjek**

		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Mindfulness	P	29	57.10	2.769	0.514
	L	39	57.23	3.475	0.556
Spiritualitas	P	29	65.41	3.018	0.560
	L	39	65.23	3.207	0.514
Resiliensi Akademik	P	29	64.72	3.816	0.709
	L	39	65.44	4.667	0.747

Ket: JK=Jenis Kelamin  
N=Jumlah Subjek

Tabel di atas menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan rata-rata skor antara laki-laki dan perempuan terkait variabel *mindfulness*, spiritualitas, serta resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Nilai *sig. (2-tailed)* menunjukkan angka  $>0,05$ . Nilai ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan resiliensi akademik, *mindfulness*, dan spiritualitas antara laki-laki dan perempuan. Selengkapnya dapat dilihat pada lampiran M.

## B. PEMBAHASAN

Hasil yang diperoleh dalam uji hipotesis mayor yaitu nilai nilai  $F_{hitung}$  sebesar 44,389 dengan taraf signifikansi ( $p$ ) sebesar 0,000  $p < 0,05$ . Hasil ini menunjukkan bahwa hipotesis mayor yang berbunyi terdapat hubungan antara *mindfulness* dan spiritualitas dengan resiliensi

akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Salah satu perguruan tinggi di Semarang diterima. Kemampuan *mindfulness* dan spiritualitas merupakan variabel prediktor resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Selain itu diketahui bahwa nilai *adjusted R Square* sebesar 0,564. Hal ini menunjukkan bahwa *mindfulness* dan spiritualitas memiliki sumbangan efektif sebesar 56,4% terhadap resiliensi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

Berdasarkan analisis regresi diperoleh persamaan garis regresi yaitu  $Y = -9,194 + 0,549X_1 + 0,658X_2$ , dengan  $X_1$  adalah variabel *mindfulness* dan  $X_2$  adalah variabel spiritualitas. Hal ini menunjukkan bahwa setiap satu unit perubahan yang terjadi pada variabel *mindfulness*, maka akan diikuti oleh peningkatan variabel resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi sebesar 0,549 dan setiap satu unit perubahan yang terjadi pada variabel spiritualitas, maka akan diikuti oleh peningkatan variabel resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi sebesar 0,658.

Sebagaimana telah dijelaskan oleh Hendriani (2018), resiliensi akademik terjadi ketika individu menggunakan kekuatan internal maupun kekuatan eksternalnya untuk mengatasi berbagai masalah yang terjadi yang disebabkan oleh pengalaman negatif yang menghambat proses akademik. Mahasiswa yang memiliki resiliensi akademik yang baik akan



mampu beradaptasi dan melakukan setiap tuntutan akademik dengan baik.

Individu yang mengalami resiliensi bukan hanya sekedar bangkit dari keterpurukan. Terdapat beberapa kondisi yang harus muncul ketika seseorang memang mengalami resiliensi. Resiliensi mencakup proses adaptasi dalam konteks tantangan yang signifikan, kapasitas untuk menghasilkan kesuksesan, kesadaran emosional, pengendalian keinginan, optimisme yang realistis, pemikiran yang fleksibel untuk menyelesaikan masalah, efikasi diri, empati, dan kemampuan untuk melihat sisi positif dari masalah yang sedang terjadi (Snyder & Lopez, 2009).

Penelitian lain yang melibatkan ketiga variabel yaitu tentang kecerdasan spiritual, *mindfulness* dan resiliensi yang pernah dilakukan oleh Salmabadi, Khamesan, Usefynezhad dan Sheikhipoor (2016). Hasil penelitian yang dilakukan menyimpulkan bahwa kemampuan *mindfulness* dan kecerdasan spiritual memiliki pengaruh terhadap resiliensi.

Hasil penelitian yang telah dipaparkan di atas dapat membuktikan bahwa ketika individu yang dalam hal ini mahasiswa yang sedang mengalami kesulitan dalam mengerjakan skripsi memiliki kemampuan *mindfulness* dan spiritualitas yang tinggi, mahasiswa akan mampu bertahan dan beradaptasi terhadap permasalahan yang dialami. Mahasiswa yang mampu beradaptasi dengan masalah akan mampu

mengendalikan diri dan menemukan solusi yang sesuai, sehingga akan lebih optimis dan yakin dalam menghadapi masalah. Hal ini sesuai pernyataan Hendriani (2018) yang menyatakan bahwa resiliensi mencakup mekanisme adaptasi saat individu menghadapi permasalahan dengan *stressor* yang tinggi dengan menggunakan strategi koping tertentu yang sesuai dengan permasalahan yang sedang dihadapi. Kondisi ini akan membuat individu memunculkan berbagai respon perilaku yang resilien. Mahasiswa yang sedang terhambat dalam mengerjakan skripsi akan segera bangkit dan menyelesaikan skripsi.

Mahasiswa yang memiliki kemampuan *mindfulness* dan spiritualitas yang rendah, mahasiswa yang mengalami masalah dalam penulisan skripsi akan kurang fokus dan mudah terbawa oleh masalah yang sedang dihadapi. Kondisi ini akan membuat mahasiswa akan mengalami kesulitan menemukan inti dari permasalahan yang sedang dihadapi sehingga mahasiswa akan mengalami kesulitan dalam menemukan solusi yang sesuai untuk memecahkan masalah yang sedang dihadapi. Hendriani (2018) menjelaskan bahwa individu yang kesulitan dalam menemukan solusi untuk masalah yang sedang dihadapi maka akan mengalami adaptasi yang negatif. Adaptasi yang negatif itu akan menghambat individu untuk menjadi resilien. Mahasiswa yang kesulitan dalam menyelesaikan masalah dan tidak segera menemukan solusi akan semakin pesimis dan ragu mengenai kemampuan yang dimilikinya. Hal

ini akan membuat mahasiswa semakin terpuruk dalam masalah yang sedang dihadapi sehingga resiliensinya rendah.

Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi memiliki hambatan dan kendala yang beragam seperti rasa malas untuk mengerjakan karena terlalu sering menunda mengerjakan skripsi, perasaan takut bertemu dosen pembimbing karena merasa skripsinya masih banyak kesalahan dan akan dicorat-coret, serta sulit menyesuaikan diri dengan dosen pembimbing karena berbeda pandangan. Selain itu ada yang menjadi penghambat penyusunan skripsi meliputi kesulitan dalam penyesuaian waktu dengan dosen pembimbing, minimnya waktu bimbingan, kesulitan mencari topik atau judul, kesulitan mencari referensi, keterbatasan waktu penelitian, proses revisi yang berulang-ulang, lamanya umpan balik yang diberikan oleh dosen pembimbing, tuntutan orangtua/keluarga agar segera menyelesaikan skripsi dan lulus, masalah keuangan, dan sebagainya. Kondisi-kondisi ini membuat mahasiswa merasa *stress* dan cemas karena skripsinya tidak segera selesai, namun bukan berarti kendala yang dialami tidak dapat diatasi.

Arif (2018) mengemukakan bahwa kemampuan *mindfulness* yang tinggi dapat berdampak positif bagi individu. Individu yang memiliki kemampuan *mindfulness* yang baik cenderung mudah untuk mengurangi *stress* kognitif. Gotink, dkk (dalam Arif, 2018) menjelaskan bahwa aplikasi *mindfulness* seperti *mindfulness-based stress reduction* (MBSR) dan *mindfulness-based cognitive therapy* terbukti efektif menghilangkan

atau mengurangi depresi, kecemasan dan *stress*. Hal ini mampu diterapkan terhadap mahasiswa yang merasa cemas dan *stress* dalam mengerjakan skripsi. Selain itu Holzel, dkk (dalam Arif, 2018) mengungkapkan bahwa latihan *mindfulness* akan meningkatkan konsentrasi *gray matter* di area hipokampus, *posterior cingulate cortex*, *temporo-parietal junction*, dan cerebelum yang berperan penting dalam proses belajar, pemrosesan dan pengaturan emosi, kepribadian, serta pengambilan perspektif.

Kesulitan-kesulitan yang dialami mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sering dirasakan sebagai beban tersendiri bagi mereka. Kondisi ini akan mengakibatkan berkembangnya emosi negatif yang pada akhirnya akan menimbulkan suatu ketegangan, kekhawatiran, rendah diri, stres, frustrasi, dan pada akhirnya mahasiswa akan benar-benar kehilangan motivasi dalam mengerjakan skripsinya. Kondisi ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Waskito, Loekmono dan Dwikurnaningsih (2018) bahwa terdapat hubungan yang positif antara *mindfulness* dengan kepuasan hidup. Hasil ini menunjukkan bahwa individu dengan *mindfulness* yang baik akan dapat mencapai kepuasan hidup dan terhindar dari rasa khawatir, *stress* dan frustrasi dan kondisi ini akan mempengaruhi individu untuk beradaptasi dan menyelesaikan masalah dengan baik. Kondisi ini akan membuat individu yang terpuruk akan mampu untuk bangkit kembali dan menyelesaikan masalah.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Fourianalisyawati dan Listiyandini (2015) yang dilakukan terhadap mahasiswa menyatakan bahwa terdapat hubungan yang positif antara kemampuan *mindfulness* dan resiliensi. Semakin tinggi kemampuan *mindfulness* yang dimiliki oleh mahasiswa, maka mahasiswa tersebut akan semakin mudah untuk beradaptasi dengan tuntutan akademik yang diberikan. Mahasiswa yang mampu untuk fokus terhadap apa yang dilakukannya saat ini maka mahasiswa tersebut juga akan mampu untuk melaksanakan tugas akademik dengan baik.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Rice, Boykin, Jeter, Villareal, Overby, dan Alfred (2013) mengungkapkan bahwa kemampuan *mindfulness* pada individu akan memberi pengaruh terhadap kemampuan individu untuk melakukan resiliensi. Individu yang memiliki kemampuan *mindfulness* yang tinggi akan mampu untuk beradaptasi di lingkungan baru dengan masalah yang baru serta mampu untuk bangkit kembali dalam situasi ekstrim yang menekan. Peneliti juga menyatakan bahwa untuk bertahan, beradaptasi dan menyelesaikan masalah individu perlu untuk melakukan fokus total terhadap apa yang terjadi saat ini dan mencari solusi dengan cepat untuk menyelesaikan masalah yang terjadi.

Arif (2018) menyatakan bahwa *mindfulness* erat kaitannya dengan emosi positif yang dimiliki individu. Ketika individu memiliki emosi positif maka individu akan semakin fokus dalam melakukan aktivitasnya. Salah satu emosi positif yang dapat memengaruhi kinerja individu adalah *mood*.

Dengan kemampuan *mindfulness* yang baik individu dapat meningkatkan *mood*, mengurangi kecemasan dan kelelahan yang dimilikinya.

Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi harus memiliki *mood* yang baik. *Mood* merupakan bangkitnya emosi yang tertuju pada situasi umum dalam kehidupan individu, atau penghayatan emosional mengenai dunianya sendiri. Bangkitnya emosi positif ini biasanya bersifat spontan dan menjadi dorongan yang membuat individu untuk melakukan sesuatu. Proses *mood* dalam memotivasi tindakan berawal dari persepsi langsung mengenai peristiwa penting, yang kemudian individu tersebut merasakan *sense of urgency* yang kuat sehingga memicu individu untuk melakukan tindakan/perilaku guna memenuhi *sense of urgency* yang dirasakan (Arif, 2018). Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi harus memiliki *mood* untuk mengerjakan skripsi, dengan begitu mahasiswa akan merasakan *sense of urgency* dalam mengerjakan skripsi dan segera memulai untuk mengerjakannya.

Arif (2018) juga menyatakan bahwa dalam melakukan tindakan, *mood* tidak mampu berdiri sendiri. *Mood* hanya mengawali saja. Selanjutnya individu tersebut harus melakukan fokus total terhadap apa yang dilakukannya. Kondisi ini berkaitan erat dengan pengertian *mindfulness* yang disampaikan oleh Kabbat-Zinn (dalam Arif, 2018) yaitu kesadaran kolektif manusia dalam meningkatkan kualitas hidup dan meraih kebahagiaan, yang bangkit dari pemberian perhatian yang dilakukan secara sengaja pada saat ini juga. Dalam kondisi ini individu

akan menyadari aktifitas apa saja yang dilakukannya pada saat itu. *Mindfulness* melibatkan suatu kesadaran dalam pikiran, perasaan dan perilaku sesuai dengan apa yang terjadi dalam dunia nyata. *Mindfulness* dapat didefinisikan sebagai kemampuan untuk fokus atau kesadaran yang tinggi terhadap situasi saat itu (*present moment*), yang bebas dari penilaian (*judgement*), serta mampu bereaksi dan mengidentifikasi bagaimana pengalaman tersebut dengan detail.

Individu dalam menyelesaikan masalahnya tidak hanya mengandalkan diri sendiri, tetapi juga dapat meminta bantuan atau pertolongan kepada orang lain dan kepada kekuatan yang melebihi manusia. Hal ini karena pada hakikatnya manusia merupakan ciptaan yang tidak mampu hidup sendiri. Hakikat dari siapa dan bagaimana manusia hidup di dunia ini disebut sebagai spiritualitas (Young & Koopsen, 2007).

Binet (2017) dalam bukunya menjelaskan bahwa spiritualitas berkaitan erat dengan keyakinan individu mengenai dirinya sendiri dan Tuhannya. Dalam kasus persepsi tubuhlah yang bertindak terhadap jiwa dan menanamkan sensasi kepadanya, namun dalam kasus gerakan jiwalah yang bertindak terhadap tubuh untuk membuatnya melaksanakan keinginan dan kehendaknya. Kondisi inilah yang memunculkan adanya motivasi untuk bertindak.

Agustian (2005) menyatakan bahwa spiritualitas bersumber dari suara hati dan hal tersebut sesuai dengan sifat ilahiah yang ada dalam

diri manusia. Melalui spiritualitas individu akan merasa bahwa dirinya tidak sendiri dan selalu ada sosok lain di seindividur mereka yang dapat membantu mereka. Kepercayaan akan Tuhan dan keterhubungan dengan sesama merupakan contoh dari spiritualitas yang baik. Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi akan mencari kekuatan lain dengan mengandalkan Tuhan. Melalui hal tersebut mahasiswa akan merasakan ketenangan dan dapat menghadapi semua masalah yang terjadi dalam proses pengerjaan skripsi.

Mahasiswa dengan spiritualitas yang tinggi akan membuat mahasiswa akan memahami diri sendiri, yaitu kelebihan dan kekurangan yang dimiliki. Mahasiswa juga memahami bahwa dirinya adalah bagian dari manusia lain dan memerlukan keyakinan kepada Tuhan untuk mencapai keberhasilan. Hal ini akan membuat mahasiswa yang sedang terhambat dalam menyelesaikan skripsi akan merasa optimis untuk mengerjakan skripsi sehingga mereka dapat memecahkan masalah yang sedang dialami. Sesuai dengan eksperimen yang dilakukan oleh Brown, Hanson, Schmotzer dan Webel (2014), pelatihan spiritualitas yang diberikan selama 10 minggu dapat meningkatkan keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi. Semakin tinggi keyakinan diri yang dimiliki mahasiswa, maka mahasiswa semakin mampu untuk menyusun strategi untuk memecahkan masalah yang sedang dihadapi. Mahasiswa yang mampu menyusun strategi yang sesuai untuk memecahkan masalah akan



mampu untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi. Kondisi ini akan membuat mahasiswa yang sedang terhambat dalam menyelesaikan skripsi akan segera menemukan solusi dan segera bangkit untuk menyelesaikan skripsinya sehingga mahasiswa memiliki resiliensi yang tinggi.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Finka dan Prasetya (2018) terhadap remaja dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara spiritualitas dengan resiliensi. Semakin tinggi spiritualitas yang dimiliki oleh individu maka semakin tinggi pula resiliensinya.

Penelitian yang dilakukan oleh Fajria (2018) mengenai hubungan antara spiritualitas dengan resiliensi akademik pada mahasiswa bidikmisi mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara spiritualitas dengan resiliensi. Dalam penelitian tersebut juga dijelaskan bahwa spiritualitas memberikan sumbangan efektif sebesar 47,7% terhadap resiliensi. Sumbangan efektif tersebut dapat dikatakan cukup besar dan memberi kesimpulan bahwa spiritualitas memang memberikan kontribusi dan menjadi salah satu faktor yang dapat memengaruhi resiliensi yang dimiliki individu.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Khosravi dan Nikmanesh (2014) menyatakan bahwa spiritualitas yang dimiliki oleh individu akan memengaruhi resiliensi yang dimiliki individu tersebut. Dalam penelitiannya individu dengan *spiritual intelligence* yang baik akan

menyebabkan tingginya resiliensi yang dimiliki individu sehingga individu mampu beradaptasi dengan situasi yang terjadi, menyelesaikan masalah yang dialami dengan solusi yang tepat dan terhindar dari stres. Penelitian ini membuktikan bahwa spiritualitas dapat menjadi variabel prediktor dari resiliensi.

Ravikumar dan Dhamodharan (2014) dalam penelitiannya telah membuktikan bahwa kemampuan internal individu seperti *spiritual intelligence* dan *emotional intelligence* memberi pengaruh terhadap resiliensi psikologis yang dimiliki individu. Aspek-aspek yang termasuk dalam spiritualitas dalam penelitian ini adalah bagaimana individu sadar akan keberadaan dirinya di dunia, pemikiran individu yang kritis dalam eksistensial, makna dan keberartian hidupnya sendiri, serta adanya kesadaran akan kekuatan yang melebihi kekuatan manusia. Semua aspek inilah yang membuat individu menyadari bahwa masing-masing individu memiliki kemampuan dan memiliki cara sendiri untuk berpikir dan menyelesaikan masalah. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa spiritualitas dapat menjadi prediktor dari resiliensi dan berhubungan positif. Individu yang memiliki spiritualitas yang tinggi akan memiliki resiliensi yang tinggi.

Proses penelitian ini belumlah sempurna. Terdapat beberapa kelemahan dan keterbatasan dalam penelitian ini seperti dalam penelitian ini yang melibatkan mahasiswa semester 9 yang sebenarnya belum terlalu lama dalam memulai mengerjakan skripsi. Pendaftaran judul

skripsi di salah satu perguruan tinggi di Semarang dapat dilakukan pada saat semester 7, dan belum ada satu tahun sejak mendaftarkan judul skripsi. Selain itu ada kemungkinan mahasiswa tersebut memulai mendaftarkan skripsi saat semester 8.

Kelemahan lain terkait metode penelitian yang digunakan adalah tidak terdapat data mengenai waktu pendaftaran skripsi pada skala yang seharusnya dapat menjadi data tambahan penelitian. pada saat membagikan skala, peneliti hanya menanyakan kepada subjek mengenai waktu pendaftaran skripsi dilakukan.

