

**LAPORAN PENELITIAN**

**GAMBARAN RESILIENSI AKADEMIK PADA  
MAHASISWA YANG SEDANG MENULIS SKRIPSI DAN  
FAKTOR FAKTOR YANG MEMPENGARUHINYA**



**Ketua:**

[5811989052] Dr.,Dra. LUCIA HERNAWATI, M.S.

**Anggota:**

[5832022138] Dr. ELIZABETH WAHYU MARGARETH INDIRA, S.Psi., M.Pd., Psi

**UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA  
SEMARANG**

# PENGESAHAN LAPORAN PENELITIAN

1. Judul : Gambaran Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa yang sedang Menulis Skripsi dan Faktor Faktor yang Mempengaruhinya
2. Ketua Tim
  - a. Nama : Dr.,Dra. LUCIA HERNAWATI, M.S.
  - b. NPP : 5811989052
  - c. Program Studi : Psikologi
  - d. Perguruan Tinggi : Unika Soegijapranata
  - e. Alamat Kantor/Telp/Faks/surel : herna@unika.ac.id
3. Anggota Tim
  - a. Jumlah Anggota : Dosen 1 orang  
Mahasiswa 0 orang
4. Biaya Total : Rp. 0,00

Mengetahui,  
Dekan Psikologi,



Dr.,Dra. KRISTIANA HARYANTI, M.Si.  
NPP : 5811993137

Semarang, Januari 2023  
Ketua Tim Pengusul

Dr.,Dra. LUCIA HERNAWATI, M.S.  
NPP : 5811989052



Menyetujui,  
Kepala LPPM  
Dr. Y. TRIHONI NALENTI DEWI, S.H., M.Hum.

Anggota Dosen:

[5832022138]Dr. ELIZABETH WAHYU MARGARETH INDIRA, S.Psi., M.Pd., Psi,



Catatan:

- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 ayat 1 :  
'Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah'
- Dokumen ini telah diberi tanda tangan digital, tidak memerlukan tanda tangan dan cap basah
- Dokumen ini dapat dibuktikan keasliannya dengan menggunakan qr code yang telah tersedia

# BERITA ACARA REVIEW

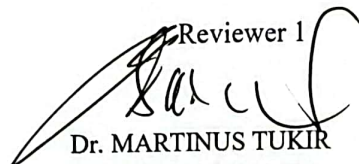
Program Studi Psikologi - Psikologi  
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang

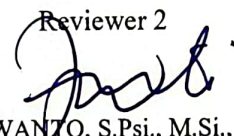
Pada hari ini, 04 Oktober 2022 telah diadakan review kegiatan penelitian/pengabdian dengan judul:

## **Gambaran Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa yang sedang Menulis Skripsi dan Faktor Faktor yang Mempengaruhinya**

Dengan catatan review sebagai berikut:

- 1. pada latar belakang, selama semester pendidikan Sebenarnya tidak hanya konsep teoritis, tetapi ada juga praktek, to do, to be, dll, mesti lebih mendalam 2. pertanyaan penelitian belum jelas 3. tujuan: Kalau gambaran deskripsi saja kurang mendalam, mestinya bisa lebih tajam, sampai pada pola/dinamika yang ada
- - metode fenomenologi yang digunakan masih belum menggambarkan dunia masing-masing partisipan. terkesan mencocokkan teori dengan data (justifikasi) sehingga menjadi kurang alami yang menjadi kekhasan kualitatif (fenomenologi). - mestinya bahasa asli partisipan bisa digunakan untuk membuat kekhasan itu muncul, disandingkan dengan bahasa ilmiah yang digunakan dalam literatur
- 1. Kata "Gambaran" dalam judul bisa dihilangkan. 2. Perlu dibedakan/dipisahkan antara ciri-ciri resiliensi akademik dan faktor-faktor yang memengaruhinya. 3. Meskipun metodenya adalah wawancara mendalam, tetapi pertanyaan-pertanyaan yang pokok (yang berkaitan dengan ciri-ciri resiliensi akademik) harus disiapkan, sedangkan pertanyaan yang bertujuan pendalaman itu bebas sesuai kebutuhan. 4. Perlu dijelaskan bagaimana tema-tema penelitian akan dilaksanakan dalam penelitian, bagaimana tahap-tahapnya? 5. Ada istilah yang rancu: antara faktor dan komponen? mana yang akan dipakai?
- 1. laporan hasil penelitian sudah ditulis lengkap. Dalam review proposal pernah saya sarankan kata "Gambaran" dalam judul bisa dihilangkan. 2. triangulasi menggunakan metode: perlu ditegaskan metode mana yang dipakai, jangan menggunakan kata "bisa juga"...dll. Itu masih bunyi asli dari proposal yang belum diubah sebagai laporan penelitian. 3. Lain-lain sebagai laporan sudah baik.

Reviewer 1  
  
Dr. MARTINUS TUKIR  
HANDOKO, M.Sc., FIC.

Reviewer 2  
  
Dr. SISWANTO, S.Psi., M.Si.,  
Psikolog

Catatan:

- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 ayat 1 :

'Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah'



- Dokumen ini telah diberi tanda tangan digital, tidak memerlukan tanda tangan dan cap basah
- Dokumen ini dapat dibuktikan keasliannya dengan menggunakan qr code yang telah tersedia

## DAFTAR ISI

|  |    |
|--|----|
| Ringkasan  | 2  |
| BAB I PENDAHULUAN  | 3  |
| A. Latar Belakang  | 3  |
| B. Tujuan  | 4  |
| C. Manfaat   | 4  |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA  | 5  |
| A. Pengertian Resiliensi Akademik  | 5  |
| B. Resiliensi Akademik pada Mahasiswa yang<br>Sedang Mengerjakan Skripsi | 5  |
| BAB III METODE   | 8  |
| A. Tema Penelitian   | 8  |
| B. Partisipan Penelitian   | 8  |
| C. Metode Pengumpulan Data   | 9  |
| D. Kriteria Keabsahan Data dalam Penelitian<br>Kualitatif                | 9  |
| BAB IV PELAKSANAAN dan HASIL<br>PENELITIAN                               | 11 |
| A. Pelaksanaan   | 11 |
| B. Pembahasan  | 30 |
| DAFTAR PUSTAKA   | 32 |

## DAFTAR BAGAN

|   |    |
|---|----|
| Bagan 1 Kerangka Pikir Dinamika Resiliensi<br>Akademik Mahasiswa yang sedang<br>Mengerjakan Skripsi dan Faktor-<br>Faktor yang Memengaruhinya | 7  |
| Bagan 2 Analisa Subjek 1  | 13 |
| Bagan 3 Analisa Subjek 2  | 16 |
| Bagan 4 Analisa Subjek 3  | 19 |
| Bagan 5 Analisa Subjek 4  | 22 |
| Bagan 6 Analisa Subjek 5  | 25 |
| Bagan 7 Analisa Subjek 6  | 28 |
| Bagan 8 Kesimpulan Hasil Analisa Kasus<br>Seluruh Subjek  | 29 |

## RINGKASAN

Pembelajaran di perguruan tinggi membawa mahasiswa pada pemahaman yang komprehensif tentang ilmu yang ditekuninya. Pada semester 8 pada umumnya mahasiswa mulai mengerjakan skripsi dan maksimal semester 14 mahasiswa sudah harus menyelesaikan keseluruhan studinya. Pada saat mahasiswa mengerjakan skripsi harus ditentukan topik yang akan diangkat, variabel, teori-teori pendukung, menentukan partisipan penelitian, alat ukur, metode pengolahan data serta mampu membahas hasil penelitian. Secara parsial semua sudah dipelajari saat perkuliahan mulai semester 1 hingga semester 7. Pada kenyataannya, tidak sedikit mahasiswa yang merasa terbebani dan mengalami berbagai kesulitan dalam mengerjakan skripsi. Berbagai kesulitan menderpa, seperti kesulitan dalam hal mencari tema, judul, sampel, alat ukur yang digunakan, kesulitan mendapatkan referensi, keterbatasan waktu penelitian, proses revisi yang berulang-ulang, dosen pembimbing yang sibuk dan sulit ditemui, lamanya umpan balik dari dosen pembimbing ketika menyelesaikan skripsi. Jika mahasiswa tidak bisa beradaptasi dengan kesulitan tersebut mahasiswa akan mudah mengalami stres, frustrasi, dan kehilangan motivasi. Semua kesulitan yang dialami mahasiswa yang sedang menulis skripsi karena resiliensi akademik yang kurang memadai. Penelitian ini bertujuan untuk menemukan dinamika resiliensi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dan faktor-faktor yang memengaruhinya. Enam orang mahasiswa fakultas psikologi UNIKA Soegijapranata yang sedang menulis skripsi terlibat sebagai partisipan dalam penelitian ini. Dengan metode kualitatif dilakukan observasi dan wawancara mendalam. Data akan dianalisa secara kualitatif untuk mengetahui gambaran resiliensi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dan faktor-faktor yang memengaruhinya. Hasil menunjukkan bahwa pada umumnya subyek memiliki faktor resiko yang membuatnya terpuruk dan tidak mengerjakan skripsi berupa: kemiskinan, kurang dukungan dari orangtua dan teman, konflik dengan orangtua dan teman, rumah bising, dan kurang disiplin diri. Sedangkan faktor protektif yang membuat subyek kembali bangkit (resilien) mengerjakan skripsi adalah adanya harapan, komunikasi yang efektif dengan dosen pembimbing dan lingkungan yang aman. Resiliensi akademik yang dimiliki nampak pada perilaku fokus pada bidang akademik dengan dukungan regulasi emosi, kontrol impuls, optimis, analisa masalah, empati, efikasi diri, dan pencapaian diri. Luaran penelitian ini berupa publikasi artikel di jurnal psikologi sinta 4.

Kata kunci: resiliensi akademik, mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Pembelajaran di perguruan tinggi membawa mahasiswa pada pemahaman yang komprehensif tentang ilmu yang ditekuninya. Pada semester 1 hingga semester 7 mahasiswa disibukkan dengan aktivitas untuk memahami berbagai konsep teoretis dan aplikasi dalam praktek. Pada semester 8 pada umumnya mahasiswa mulai mengerjakan skripsi dan maksimal semester 14 mahasiswa sudah harus menyelesaikan keseluruhan studinya. Skripsi adalah syarat wajib untuk mahasiswa meraih gelar sarjana (Raharjo, 2014). Pada saat mahasiswa mengerjakan skripsi harus ditentukan topik yang akan diangkat, variabel, teori-teori pendukung, menentukan partisipan penelitian, alat ukur, metode pengolahan data serta mampu membahas hasil penelitian.

Secara parsial semua sudah dipelajari saat perkuliahan mulai semester 1 hingga semester 7. Saat mengerjakan skripsi mahasiswa mengaplikasikan apa yang telah dipelajari sebelumnya. Mahasiswa yang mengerjakan skripsi dituntut untuk mampu mengelola emosi, mengembangkan rasa optimis dan empati, mampu menganalisa masalah yang dihadapi dan mengupayakan solusinya, serta memiliki keyakinan mampu menyelesaikan skripsinya.

Pada kenyataannya, tidak sedikit mahasiswa yang merasa terbebani dan mengalami berbagai kesulitan dalam mengerjakan skripsi. Kesulitan-kesulitan tersebut, seperti kesulitan dalam hal mencari tema, judul, sampel, alat ukur yang digunakan, kesulitan mendapatkan referensi, keterbatasan waktu penelitian, proses revisi yang berulang-ulang, dosen pembimbing yang sibuk dan sulit ditemui, lamanya umpan balik dari dosen pembimbing ketika menyelesaikan skripsi, dan lain-lain (Imandiri, Widyastuti, & Jonosewojo, 2017). Selain itu terdapat beberapa kesulitan-kesulitan yang dihadapi mahasiswa saat menyusun skripsi, diantaranya adalah rasa malas, motivasi rendah, takut bertemu dosen pembimbing, minimnya waktu bimbingan, kesulitan dalam hal mencari tema, judul, alat ukur yang digunakan, kesulitan mendapatkan referensi. Jika mahasiswa tidak bisa beradaptasi dengan kesulitan tersebut mahasiswa akan mudah mengalami stres, frustrasi, dan kehilangan motivasi (Cahyani & Akmal, 2017).

Penulis melakukan wawancara singkat pada 3 orang mahasiswa fakultas Psikologi Unika Soegijapranata yang sedang mengerjakan skripsi pada tanggal 2 september hingga tanggal 15 September 2022 di kampus Unika Soegijapranata. Ketiga subyek telah mengerjakan skripsi lebih dari 1 tahun namun saat ini masih bertahan di bab 1. Subyek pertama (N), mengatakan dosen lama memberi *feedback*, saat *feedback* diberikan dosen, N sudah tidak *mood* lagi mengerjakan karena sudah terlalu lama menunggu, N merasa tidak yakin bisa menyelesaikan skripsinya. Menurut N faktor pendukung yang membuatnya lama mengerjakan tesis karena kurang dukungan keluarga dan teman-teman kuliah. Subyek kedua (K), menyebutkan sulit mencari sumber literatur (jurnal maupun *text book*) dari variabel penelitiannya, perasaan malas dan tidak yakin bisa



menyelesaikan skripsi. Faktor pendukung yang membuatnya lama menyelesaikan skripsi adalah kurangnya disiplin dan komitmen diri. Subyek ketiga (P), mengatakan jengkel dan marah pada dosen pembimbing karena setiap kali bimbingan selalu ada yang salah. Faktor pendukung yang membuatnya lama menyelesaikan skripsi adalah keinginan untuk membuat skripsi yang bagus sekali.

Dari uraian di atas nampak bahwa mahasiswa yang sedang menulis skripsi memiliki masalah resiliensi akademik. Mahasiswa tidak tangguh dalam menghadapi berbagai tugas akademik khususnya dalam menulis skripsi.

Berdasar berbagai uraian di atas maka tidak bisa lagi ditunda untuk meneliti dinamika resiliensi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dan faktor-faktor yang mempengaruhinya. Karena di satu pihak fase menulis skripsi adalah kesempatan bagi mahasiswa untuk menunjukkan kemampuan mengaplikasikan berbagai teori dan aplikasi teori yang telah dipelajari namun dilain pihak menulis skripsi justru membebani mahasiswa, malah banyak yang terancam *drop out* karena menulis skripsi yang tidak terselesaikan.

## **B. Tujuan**

Tujuan penelitian ini untuk membuat dinamika resiliensi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dan faktor-faktor yang memengaruhinya.

## **C. Manfaat Penelitian**

1. Secara teoretis: mengembangkan ilmu psikologi pendidikan
2. Secara praktis: memberikan informasi pada fakultas psikologi yang berguna untuk membuat program yang dapat meningkatkan resiliensi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi sesuai dengan karakteristik dan kebutuhannya.

## **BAB II TINJAUAN PUSTAKA**

### **A. Pengertian Resiliensi Akademik**

Martin dan Marsh (dalam Sari,dkk, 2016) menjelaskan bahwa resiliensi akademik adalah ditandai dengan kemampuan secara efektif menghadapi empat keadaan, yaitu kejatuhan (*setback*), tantangan (*challenge*), kesulitan (*adversity*), dan tekanan (*pressure*) dalam konteks akademik. Tokoh lain yang bernama Rouse (2001) menyebutkan resiliensi akademik adalah kemampuan untuk berkembang, matang, dan meningkatkan kompetensi dalam menghadapi kerugian keadaan atau rintangan. Sedangkan Hendriani (2017) mengatakan bahwa resiliensi akademik merupakan resiliensi dalam proses belajar, yakni sebuah proses dinamis yang mencerminkan kekuatan dan ketangguhan seseorang untuk bangkit dari pengalaman emosional negatif, saat menghadapi situasi sulit yang menekan atau mengandung hambatan signifikan dalam aktivitas belajar yang dilakukan. Lebih lanjut lagi Ulfa (2016) menyebutkan bahwa resiliensi akademik adalah kemampuan individu untuk bertahan dalam keadaan tertekan, dan bahkan berhadapan dengan kesengsaraan atau trauma yang dialami dalam kegiatan akademik. Tokoh lain yang bernama Cassidy (2015) mengatakan bahwa resiliensi akademik adalah kekuatan atau aset, kualitas, karakteristik dan suatu proses yang diinginkan dan menguntungkan yang cenderung berdampak positif pada aspek kinerja, pencapaian, kesehatan dan kesejahteraan individu.

Dari berbagai pendapat para tokoh di atas dapat disimpulkan resiliensi akademik adalah sebuah proses dinamis yang mencerminkan kekuatan dan ketangguhan seseorang untuk bangkit dari pengalaman emosional negatif, saat menghadapi situasi sulit yang menekan atau mengandung hambatan signifikan dalam aktivitas belajar. Hal ini merupakan kekuatan atau aset, kualitas, karakteristik yang menguntungkan dan cenderung berdampak positif pada aspek kinerja, pencapaian, kesehatan dan kesejahteraan individu.

### **B. Resiliensi Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi**

Banyak kondisi yang kurang menyenangkan dalam penyusunan skripsi sehingga dipandang perlu bagi mahasiswa untuk membangun resiliensi akademik. Resiliensi akademik juga dapat menentukan gaya berpikir dan keberhasilan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi untuk mampu mengatasi kesulitan belajar di kampus karena dengan memiliki resiliensi akademik maka mahasiswa dapat mengatasi kesulitan, bangkit dari tekanan, rasa frustrasi, stres, depresi, serta berusaha mengatasinya (Gilligan, 2007).

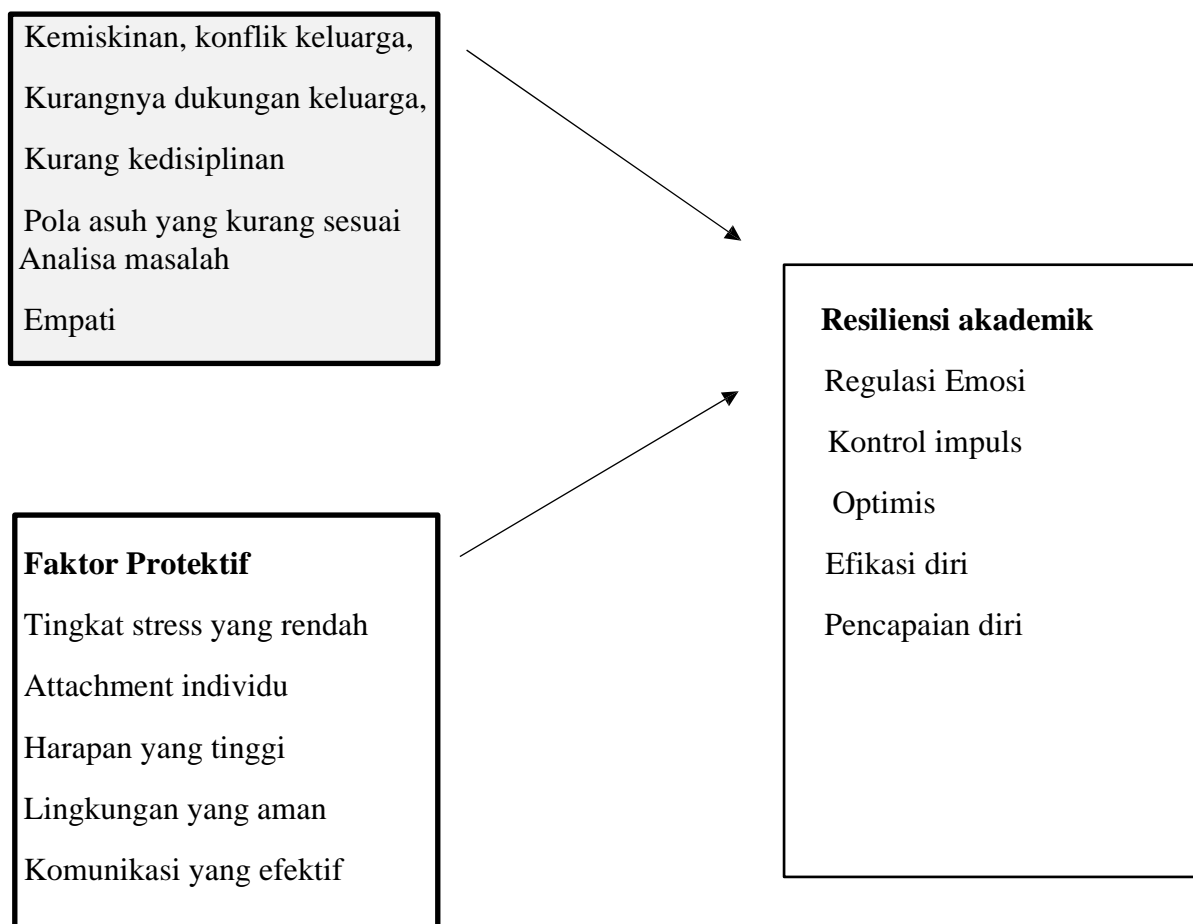
Resiliensi akademik pada individu berkaitan dengan faktor risiko maupun faktor protektif (Benard, 2004). Pidgeon, Rowe, Stapleto, Magyar dan Lo (2014) mengatakan bahwa resiliensi



akademik merupakan faktor kunci atau utama yang terkait dengan kemampuan beradaptasi individu dengan lingkungan universitas. Hal ini karena resiliensi yang dimiliki mahasiswa dapat mengurangi risiko stress, membantu mahasiswa untuk dapat menjalani tuntutan akademik, dan meningkatkan hasil akademik. Mahasiswa dengan resiliensi akademik yang rendah akan cenderung lebih mudah mengalami stress. Lodewyk dan Winne (dalam Tumanggor. 2015) menyebutkan mahasiswa yang memiliki resiliensi akademik yang tinggi, justru menyukai tantangan demi tantangan, karena hal itu merupakan kesempatan terbaik untuk membuktikan diri sebagai seorang pembelajar aktif di perguruan tinggi

Reivich dan Shatte (2002) menyebutkan terdapat tujuh aspek resiliensi yaitu (a) Regulasi Emosi yaitu kemampuan seseorang untuk mengelola emosi, tetap tenang meskipun sedang berada pada tekanan; (b) Kontrol terhadap impuls, merupakan kemampuan seseorang dalam mengendalikan dorongan, keinginan, dan tekanan yang muncul pada dirinya, selanjutnya membawanya kedalam kemampuan berpikir jernih dan tepat; (c) Optimisme merupakan keadaan seseorang yang memiliki kepercayaan penuh terhadap segala sesuatu yang terjadi dan membuatnya menjadi lebih baik lagi; (d) Kemampuan menganalisis masalah, merupakan keadaan individu yang menunjukkan adanya kemampuan untuk mengidentifikasi penyebab masalahnya secara akurat. e) Empati, merupakan kemampuan seseorang untuk ikut merasakan apa yang dirasakan orang lain; (f) Efikasi diri, merupakan keyakinan seseorang terhadap dirinya dalam memecahkan masalah; (g) Pencapaian, merupakan gambaran kemampuan seseorang untuk meningkatkan aspek positif yang ada dalam dirinya. Dalam memahami resiliensi akademik yang dialami mahasiswa yang sedang menulis skripsi, ketujuh aspek resilien di atas dipakai dan dikaitkan dengan bidang akademik.

Adapun faktor-faktor yang memengaruhi tinggi atau rendahnya resiliensi mahasiswa yang sedang menulis skripsi menurut Rojas (2015) terdapat 2 faktor utama yaitu faktor risiko dan faktor protektif (faktor pelindung). Faktor risiko berkaitan dengan kemiskinan dan status ekonomi yang rendah, disfungsi keluarga, konflik keluarga, kurangnya dukungan sosial, tingkat kedisiplinan serta kurangnya keterampilan orang tua dalam pola asuh anak. Sedangkan pada faktor protektif berkaitan dengan tingkat stress keluarga yang rendah, *attachment* individu, harapan yang tinggi, tingkat intelegensi, lingkungan yang aman, dan memiliki komunikasi yang efek.



Bagan 1

Kerangka pikir dimana resiliensi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dan faktor faktor yang memengaruhinya

## **BAB III METODE**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif yang bertumpu pada pendekatan fenomenologi. Adapun fenomenologi merupakan metode untuk menjelaskan fenomena atau segala sesuatu yang dengan suatu cara tertentu tampil dalam kesadaran manusia, baik sebuah rekaan maupun kenyataan (Gunawan, 2016).

### **A. Tema Penelitian**

Tema penelitian yang diungkap pada penelitian ini terdiri atas beberapa komponen:

1. Faktor risiko resiliensi akademi

Mengetahui faktor risiko yang menyebabkan subyek memiliki resiliensi akademik seperti yang dimilikinya sekarang, berkaitan dengan kemiskinan dan status ekonomi yang rendah, disfungsi keluarga, konflik keluarga, kurangnya dukungan sosial, tingkat kedisiplinan serta kurangnya keterampilan orang tua dalam pola asuh anak

2. Faktor protektif

Mengetahui faktor protektif yang menyebabkan subyek memiliki resiliensi akademik seperti yang dimilikinya sekarang, berkaitan dengan tingkat stress keluarga yang rendah, attachment individu, harapan yang tinggi, lingkungan yang aman, dan komunikasi yang efektif

3. Resiliensi akademik

Mengetahui kemampuan: (1)regulasi emosi resiliensi akademik; (2)kontrol terhadap impuls; (3)optimisme; (4)kemampuan menganalisis masalah; (5) empati; (6)efikasi diri; (7)pencapaian diri

### **B. Partisipan Penelitian**

Teknik dalam rekrutmen partisipan pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive insidental sampling*. Tujuan teknik sampling dalam penelitian kualitatif adalah untuk menjangkau sebanyak mungkin informasi dari berbagai macam sumber dan konstraknya. Selain itu untuk merinci kekhususan yang ada ke dalam konteks yang unik dan menggali informasi yang akan menjadi dasar dari rancangan dan teori yang muncul. Oleh sebab itu, pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive insidental sampling* atau sampel yang bertujuan, dengan kata lain meskipun sampel diambil secara insidental tetapi sebelum penarikan sampel sudah ditentukan kriteria tertentu yang merupakan karakteristik sampel dan teknik pengambilan disesuaikan dengan tujuan penelitian. Karakteristik utama untuk pengambilan sample adalah (1) mahasiswa fakultas psikologi UNIKA Soegijapranata angkatan 2017 ke atas; (2) telah mengerjakan skripsi minimal 1 tahun. Jumlah subjek yang diharapkan berpartisipasi dalam penelitian ini berjumlah 6 orang mahasiswa

### C. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara mendalam. Wawancara yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara mendalam. Dalam wawancara tak terstruktur atau yang dikenal wawancara mendalam, pertanyaan-pertanyaan yang akan dikemukakan kepada subjek penelitian (informan) akan berkembang tergantung pada kemampuan dan pengalaman peneliti untuk mengembangkan suatu pertanyaan lanjutan sesuai dengan jawaban informan (Gunawan, 2016)

### D. Kriteria Keabsahan Data dalam Penelitian Kualitatif

Terdapat beberapa teknik pemeriksaan yang dapat digunakan dalam menguji keabsahan data pada penelitian kualitatif, meliputi perpanjangan keikutsertaan, ketekunan atau keajegan pengamatan, triangulasi, pengecekan sejawat, analisis kasus negatif, pengecekan anggota, kecukupan referensial atau uraian rinci, serta audit kebergantungan dan audit kepastian. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan metode keabsahan data triangulasi.

Triangulasi adalah metode pemeriksaan yang memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data tersebut untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data yang diperoleh.

Triangulasi dalam penelitian ini menggunakan teknik triangulasi metode yaitu memeriksa derajat kepercayaan dengan beberapa teknik pengumpulan data. Dilakukan dengan pemeriksaan derajat kepercayaan beberapa sumber data dengan metode yang sama.

### E. Metode Analisis Data

Analisis data yang akan digunakan dalam penelitian ini menggunakan analisis data kualitatif berdasarkan sudut pandang fenomenologi. Terdapat tahapan penting dalam melakukan analisis data dalam studi fenomenologi yaitu:

1. Menentukan lingkup fenomena yang akan dikaji melalui para subjek
2. Menyusun daftar pertanyaan untuk mengungkap pemahaman dari pengalaman subjek
3. Mengumpulkan data atau informasi dari subjek yang mengalami fenomena yang diteliti  
Melalui teknik pengumpulan data, seperti wawancara dan observasi
4. Melakukan analisis data fenomenologi melalui beberapa tahap, yaitu :
  - a. Tahap awal, mendeskripsikan fenomena yang dialami subjek secara menyeluruh
  - b. Tahap *horizontalization*, melakukan inventarisasi pertanyaan-pertanyaan penting yang relevan dengan topik penelitian.
  - c. Tahap *cluster of meaning*, mengklasifikasikan pertanyaan-pertanyaan yang telah diinventarisasi ke dalam tema-tema atau unit-unit makna. Dalam tahap ini terdapat prosedur yang harus dilakukan, sebagai berikut :

- a. *Textural description*, mendeskripsikan fenomena yang dialami oleh subjek.
- b. *Structural description*, menuliskan bagaimana fenomena itu dialami oleh subjek.

Peneliti juga mencari segala makna berdasar pada opini, perasaan, harapan, maupun penilaian terhadap fenomena yang diteliti.

5. Tahap deskripsi esensi, membangun deskripsi secara menyeluruh mengenai esensi serta makna di ri fenomena yang dialami subjek secara keseluruhan.
6. Melaporkan hasil penelitian mengenai suatu fenomena yang dialami subjek

## **BAB 4**

### **PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN**

#### **A. Pelaksanaan**

Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 7 Maret sampai 24 Maret 2023 melalui *google meet*.

#### **Subyek 1**

##### **Identitas**

|                            |                                  |
|----------------------------|----------------------------------|
| Nama                       | : M                              |
| Jenis kelamin              | : Perempuan                      |
| Fakultas/Universitas       | : Psikologi Unika Soegijapranata |
| Angkatan                   | : 2017                           |
| Telah mengerjakan skripsi  | : 2 tahun                        |
| Mengerjakan skripsi sampai | : Bab 2                          |

##### **Hasil Observasi**

Subyek memakai kaos berkerah warna kuning dan rambut sebauh tertata rapi. Pembawaan diri subyek santai dan wajah penuh senyum. Tampilan fisik menunjukkan subyek adalah orang yang menyukai hidup santai. Kooperatif saat proses wawancara. Adapun proses wawancara berjalan dengan lancar. Subyek secara terbuka menceritakan dinamika pengalamannya dalam mengerjakan skripsi. Selama wawancara, subyek berada di rumahnya. Tampak rumah sepi dan tidak ada suara yang mengganggu.

##### **Hasil Wawancara**

#### **Subyek 1**

##### **Latar belakang subyek**

Ayah sudah meninggal 2 tahun yang lalu, sedangkan 1 orang perempuannya sudah menikah dan tinggal di kota Solo. Sehari-hari subyek sering kesepian di rumah sendirian. Mami sudah berangkat ke toko jam 07.00 pagi dan pulang jam 17.00. Ada pembantu rumah tangga yang membantu membersihkan rumah, mencuci-mensetrika pakaian, dan memasak makanan namun hanya tinggal di rumah subyek selama 3 jam sehari. Saat perkuliahan sebelum skripsi, subyek merasa senang kuliah karena memiliki banyak teman. Subyek

bersama teman sekelompoknya memikirkan dan mengerjakan tugas yang diberikan dosen secara bersama-sama. Saat mengerjakan skripsi sekarang ini, subyek merasa sendirian tidak ada lagi teman yang membantunya. Semua sudah sibuk dengan urusannya sendiri-sendiri dan kembali ke kota asal mereka.

Subyek ingin skripsinya bagus dan berkualitas. Namun subyek menyadari bahwa kapasitas dirinya kurang mendukung. Disebutnya, ia tidak bisa berpikir cepat dan sering *overthinking* serta ingin mendapat dukungan dari orang-orang di sekitarnya seperti mami dan teman-teman kuliahnya

Dalam mengerjakan skripsi, kerap subyek bingung sendiri apa yang harus dikerjakan dan bagaimana mengerjakannya. Dia ingin menceritakan kebingungannya namun tidak tahu akan cerita pada siapa. Dalam kebingungan ini, subyek tidak mengerjakan skripsinya. Namun saat mendengar berita bahwa teman seangkatannya sudah ujian proposal atau ujian skripsi atau wisuda, subyek merasa stress dan dalam hati berkata “teman-teman bisa kenapa saya tidak”. Dalam hati subyek pun mengatakan bahwa “mereka tidak lebih pandai dari aku, seharusnya akau bisa menyelesaikan skripsi seperti mereka”

Setelah termagu-mangu selama 1 tahun, subyek memberanikan dirinya untuk mengerjakan skripsi. Subyek membuat target mengerjakan skripsi dalam jangka pendek per bulan. Subyek mematok target, tahun ini (2023) lulus. Bila target tidak tercapai, subyek akan melakukan *self-punishment*. Dalam mengerjakan skripsi, subyek menghubungi beberapa teman yang juga sedang mengerjakan skripsi. Mengajak mereka bertukar pikiran dan saling memotivasi. Subyek ingin segera menyelesaikan skripsinya karena kasihan pada maminya yang sudah membiayai studinya. Sekarang subyek sudah mulai memiliki keyakinan diri bisa menyelesaikan skripsinya. Subyek membuka dirinya untuk mendengarkan masukan dari teman dan dosen pembimbing serta lebih berpikir positif pada semua pengalaman dalam mengerjakan skripsi.

## **Analisis Subyek 1**

### **Tema-Tema Utama**

#### **Faktor Resiko Resilien Akademik**

*“Aku nggak punya teman ngobrolin skripsiku. Mami pergi pagi pulang dah loyo. Teman-teman juga dah sendiri-sendiri. Akhirnya nggak aku kerjain skripsiku”* (**kurang dukungan keluarga dan teman**)

#### **Faktor Protektif**

*“Aku yakin bisa lulus kaya teman-teman yang lain”* (**harapan yang tinggi**)



### Resiliensi Akademik

*“Dah setaun nganggur, aku harus kerjakan skripsiku. Aku harus tata mood, biar bisa fokus nggarap skripsi” (regulasi emosi)*

*“Pasti stress sii ngerjain skripsi. Tapi aku mo berusaha ngendaliin motivasiku biar tetap on...hehe” (kontrol impulse)*

*“Aku mo tetapin target jangka pendek dan jangka panjang. Pokoknya tahun 2023 ini harus lulus” (optimis)*

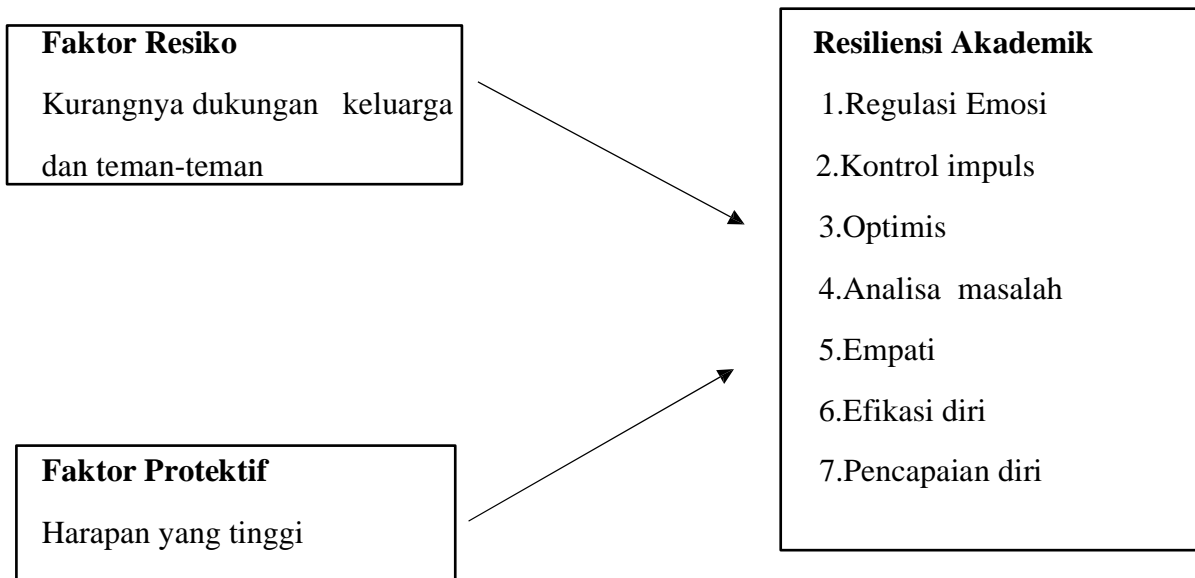
*“Supaya nggak mengulang kesalahan yang sama, aku bakal analisa masalah prokras ngerjain skripsi” (analisa masalah)*

*“Kasian mami yang bayarin biaya kuliahku, kalo aku nggak lulus-lulus (empati)*

*“Aku yakin kok aku mampu selesaiin skripsiku” (efikasi diri)*

*“Aku bisa nggarap skripsi dengan tekun, cermat sampe selesai” (pencapaian diri)*

### Bagan 2 Analisa Subyek 1



## **Subyek 2**

### **Identitas**

|                            |                                  |
|----------------------------|----------------------------------|
| Nama                       | : E                              |
| Jenis kelamin              | : Perempuan                      |
| Fakultas/Universitas       | : Psikologi Unika Soegijapranata |
| Angkatan                   | : 2017                           |
| Telah mengerjakan skripsi  | : 2 tahun                        |
| Mengerjakan skripsi sampai | : Bab 6                          |

### **Hasil Observasi**

Subyek memakai T-shirt warna hitam, dan rambut lurus sebahu. Pembawaan diri subyek santai dan riang. Tampilan fisik menunjukkan subyek adalah orang yang menyukai situasi yang santai. Subyek kooperatif saat proses wawancara. Secara keseluruhan proses wawancara berjalan dengan lancar. Subyek secara terbuka menceritakan dinamika pengalamannya dalam mengerjakan skripsi. Selama wawancara, subyek berada di rumahnya. Tampak rumah sepi dan tidak ada suara yang mengganggu

### **Hasil Wawancara**

#### **Subyek 2**

##### **Latar belakang subyek**

Subyek adalah anak ke dua dari dua bersaudara. Dalam mengerjakan skripsi, orangtua dan teman-teman gereja ingin menunjukkan dukungan dengan menanyakan “proses mengerjakan skripsi sampai dimana, adakah masalah yang dihadapi dan tidak dapat diselesaikan, kenapa tidak lulus-lulus?” namun dukungan dengan cara ini membuat subyek stress merasa diminta segera menyelesaikan skripsinya. Setelah mengerjakan skripsi selama 1 tahun dan tidak ada kemajuan serta merasa tidak bisa berkomunikasi dengan dosen pembimbing maka subyek mengurus pergantian dosen pembimbing. Dengan dosen pembimbing yang baru, subyek dapat mengerjakan skripsi lebih lancar. Selain dosen pembimbing dirasakan mendukungnya, dari dalam dirinya dirasakan lebih disiplin dan memiliki komitmen dalam mengerjakan skripsi

Saat mendengar berita beberapa teman wisuda, lalu muncul pernyataan dalam diri, “aku kapan wisuda”. Pengalaman ini ikut mendukung motivasi subyek mengerjakan skripsi. Setelah mampu menenangkan diri dan berdamai dengan keadaannya, subyek dapat menerima uluran teman-teman gereja yang ingin membantunya. Subyek optimis mampu menyelesaikan skripsi. Sayang bila skripsi tidak diselesaikan. Subyek mengembangkan empati pada orangtua yang membiayai kuliahnya dan pada dirinya sendiri. Dia berkata pada

dirinya , “masak mau tua di kampus”. Saat subyek membandingkan dirinya dengan teman-temannya yang telah wisuda ditemukan bahwa banyak teman yang lebih malas dari dirinya tapi bisa lulus, masak aku tidak bisa”. Subyek yakin dia akan dapat menyelesaikan studinya. Cita-cita ingin menjadi guru turut mendukungnya untuk segera menyelesaikan skripsinya

## **Analisis Subyek 2**

### **Tema-Tema Utama**

#### **Faktor Resiko untuk Terpuruk**

*“Aku nggak suka ditanya ortu dan teman gereja tentang skripsinya. Rasanya nggak pengen ketemu mereka biar nggak kepo in skripsiku. Ini hidupku, ngapain ikut campur...kesel”***(konflik dengan ortu dan teman gereja)**

#### **Faktor Protektif untuk Resilien**

*“Aku yakin bisa rampung skripsiku”* (harapan yang tinggi)

*“Dosbingku asyik, jadi komunikasi nyambung”***(Komunikasi yang efektif dengan dosbing)**

#### **Resiliensi Akademik**

*“Ako mo berdamai dengan diriku..hihi. Emosi sama ortu dan teman gereja nggak guna. Wajar kalo mereka pengen skripsiku lancar”* **(regulasi emosi)**

*“Stress iya...banyak hal dipikir saat skripsian. Tapi aku mo berusaha santuy aja”* **(kontrol impulse)**

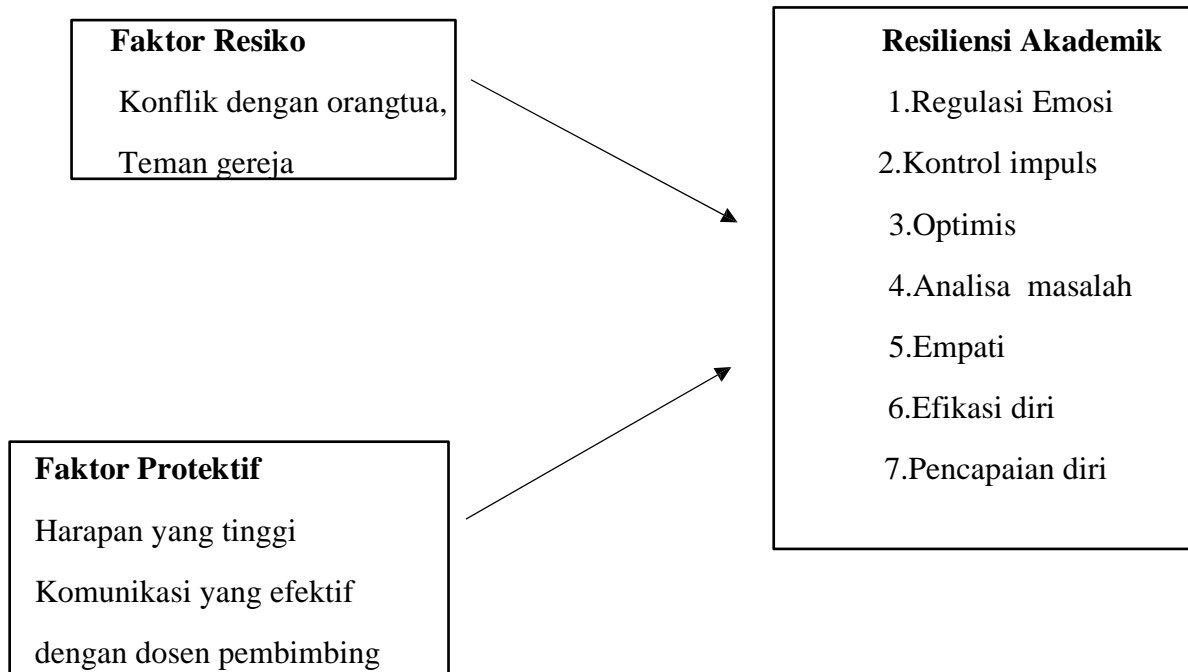
*“Aku pasti bisa selesain skripsiku”* **(optimis)**

*“Konflik ma ortu dan teman gereja, nggak akur sama dosbing pertamaku buat skripsiku nggak kelar-kelar...hehe”* **(analisa masalah)**

*“Ortu dah negluarin uang banyak untuk kuliahku, masa aku males-malesan gini. Nggak lah aku harus semangat ngerjain skripsiku”* **(Empati)**

*“Aku yakin mampu nyelesaiin skripsiku”* **(efikasi diri)**

*“Skripsian ini mbuat aku lebih teliti dan fokus”* **(pencapaian diri)**

**Bagan 3 Analisa Subyek 2**

### **Subyek 3**

#### **Identitas**

|                            |                                  |
|----------------------------|----------------------------------|
| Nama                       | : A                              |
| Jenis kelamin              | : Laki-laki                      |
| Fakultas/Universitas       | : Psikologi Unika Soegijapranata |
| Angkatan                   | : 2017                           |
| Telah mengerjakan skripsi  | : 2 tahun                        |
| Mengerjakan skripsi sampai | : Bab 3                          |

#### **Hasil Observasi**

Subyek memakai kemeja warna putih, rambut ikal, dan memakai kaca mata. Pembawaan diri subyek serius. Tampilan fisik menunjukkan subyek adalah orang yang menyukai situasi yang formal dan serius. Subyek kooperatif saat proses wawancara. Secara keseluruhan proses wawancara berjalan dengan lancar. Subyek secara terbuka menceritakan dinamika pengalamannya dalam mengerjakan skripsi. Selama wawancara, subyek berada di tempat kerjanya. Tampak tempat kerja sepi dan tidak ada suara yang mengganggu karena keseluruhan wawancara dilakukan setelah jam kerja.

#### **Hasil Wawancara**

##### **Subyek 3**

##### **Latar belakang subyek**

Subyek adalah anak ke dua dari empat bersaudara. Saat ini ayah sudah pensiun, sementara ibu adalah ibu rumah tangga. Kesulitan ekonomi karena harus membiayai dirinya yang kuliah dan 2 orang adiknya yang masih sekolah di SMP dan SMA membuat subyek memutuskan untuk mencari pekerjaan. Disamping itu subyek baru putus cinta dari pacarnya karena pacarnya diam-diam selingkuh darinya, membuat subyek semakin ingin menambah kegiatan agar segera melupakan pacarnya. Sebuah rumah terapi menerima subyek sebagai salah seorang terapis anak berkebutuhan khusus disana, dengan jam kerja jam 08.00 sampai jam 17.00.

Berkait dengan skripsi yang dikerjakan, subyek saat ini mengerjakan bab 3 dan melakukan revisi bab 1 dan bab2. Orangtua mendukung subyek dalam mengerjakan skripsi sekaligus kerja. Demikian pula banyak teman mendukungnya dan komunikasi dengan dosen pembimbing skripsi lancar. Subyek berharap akhir tahun 2023 ia dapat lulus. Tantangan yang dihadapi subyek adalah membagi waktu dan perhatian antara bekerja dan skripsi. Pergi pagi dan pulang sore dalam bekerja, membuat subyek kelelahan dan merasa tidak memiliki energi lagi dalam mengerjakan skripsinya.

### **Analisis Subyek 3**

#### **Tema-Tema Utama**

##### **Faktor Resiko untuk Terpuruk**

*“Aku kerja dari jam 8 pagi sampe jam 5 sore. Sampe rumah dah capek. Nggak ada tenaga lagi untuk ngerjain skripsi”***(kemiskinan)**

##### **Faktor Protektif untuk Resilien**

*“Pasti bisa aku selesain skripsiku tahun 2023 ini”* **(harapan yang tinggi)**

*“Dosbingku banyak bantu aku, jadi lebih semangat aku ngerjain skripsiku”***(komunikasi yang efektif dengan dosbing)**

##### **Resiliensi Akademik**

*“Capek kerja, putus cinta...bikin males nyentuh skripsi. Tapi aku harus bangkit. Aku mo tata mood biar semangat nggarap skripsi”* **(regulasi emosi)**

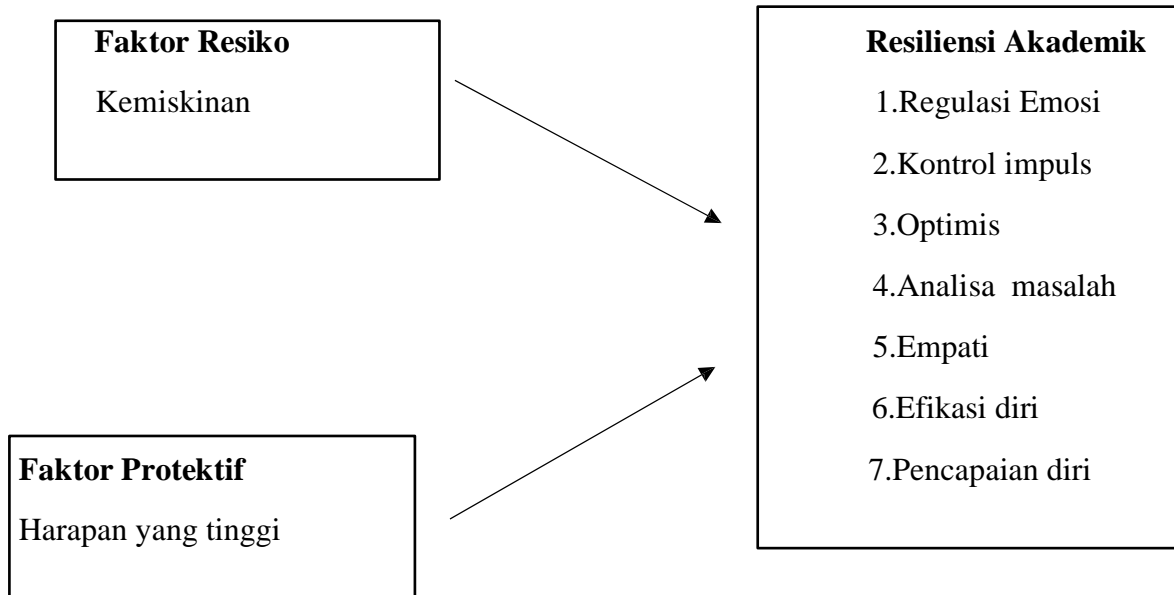
*“Aku nggak segera ngerjain skripsiku setelah dapet masukan dari dosbing. Aku kumpulin niat dulu sehari-dua hari baru aku bikin revisinya”* **(kontrol impulse)**

*“Tahun ini aku pasti lulus”* **(optimis)**

*“Aku kerja supaya ada biaya untuk studiku. Masa sekarang setelah punya uang, skripsi nggak dikerjakan”* **(empati pada diri sendiri)**

*“Aku yakin bisa bagi waktu dan tenaga untuk kerjaan dan skripsi”* **(Efikasi diri)**

*“Skripsian ini mbuat aku terbiasa berpikir logis...hehe* **(pencapaian diri)**

**Bagan 4 Analisa Subyek 3**



## Subyek 4

### Identitas

|                            |                                  |
|----------------------------|----------------------------------|
| Nama                       | : P                              |
| Jenis kelamin              | : Laki-laki                      |
| Fakultas/Universitas       | : Psikologi Unika Soegijapranata |
| Angkatan                   | : 2017                           |
| Telah mengerjakan skripsi  | : 2 tahun                        |
| Mengerjakan skripsi sampai | : Bab 6                          |

### Hasil Observasi

Subyek memakai T-shirt putih dan rambut gondrong. Pembawaan diri subyek santai. Tampilan fisik menunjukkan subyek adalah orang yang menyukai situasi yang santai. Subyek kooperatif saat proses wawancara. Secara keseluruhan proses wawancara berjalan dengan lancar. Subyek secara terbuka menceritakan dinamika pengalamannya dalam mengerjakan skripsi. Selama wawancara, subyek berada di rumah. Tampak rumah sepi dan tidak ada suara yang mengganggu

### Hasil Wawancara

#### Subyek 4

#### Latar belakang subyek

Subyek adalah anak ke dua dari dua bersaudara. Ayah dan ibu bercerai. Subyek ikut ibunya dan ikut memikirkan keuangan keluarga. Memahami dana yang tersisa tidak banyak, maka subyek memutuskan untuk berwirausaha tembakau. Barang diambil dari petani di Temanggung lalu dijual ke kota lain. Usaha ini menghasilkan uang yang banyak namun membutuhkan perhatian dan tenaga yang tidak sedikit. Inilah tantangan yang dihadapi subyek, uang didapat namun waktu untuk mengerjakan skripsi hampir tidak ada. Pada waktu awal usaha ini dilakukan, subyek telah mengerjakan skripsi sampai bab 3 namun karena fokus mengembangkan usaha, proses mengerjakan skripsi dihentikan

Dalam mengerjakan skripsi, peran ibu sangat besar. Ibu yang membesarkan hati, memotivasi tanpa henti. Ibu yang membuat subyek menata diri dan memiliki motivasi untuk mulai memberikan perhatian lagi pada skripsinya. Disamping itu komunikasi yang lancar dengan dosen pembimbing memunculkan harapan dapat lulus studi seperti teman-teman lainnya. Dalam proses mengerjakan skripsi, subyek tidak langsung mengerjakan *feedback* dari dosen pembimbing namun di waktu sela pekerjaannya, subyek melakukan revisi. Subyek optimis dapat menyelesaikan skripsinya. Masalah yang dihadapi subyek adalah pengelola waktu yang seimbang antara pekerjaan dan mengerjakan skripsi dan merasa jenuh

mengerjakan skripsi. Subyek berempati pada ibu yang sangat mendukungnya. Subyek ingin mencapai pencapaian diri yang tinggi melalui eksplorasi dalam berbagai hal

#### **Analisis Subyek 4**

##### **Faktor Resiko untuk Terpuruk**

*“Nggak ada biaya studi, jadi aku kudu cari duit dulu...hehe” (kemiskinan)*

##### **Faktor Protektif untuk Resilien**

*“Aku mo bikin skripsi yang bermutu” (Harapan)*

*“Dosbingku enak diajak diskusi” (Komunikasi efektif dengan dosbing)*

#### **Resiliensi Akademik**

*“Ibu bantu aku untuk menata hati dan mulai ngerjain skripsi” (regulasi emosi)*

*“Aku berusaha tetap semangat ngerjain skripsi, meskipun sering capek karena kerja seharian” (kontrol impulse)*

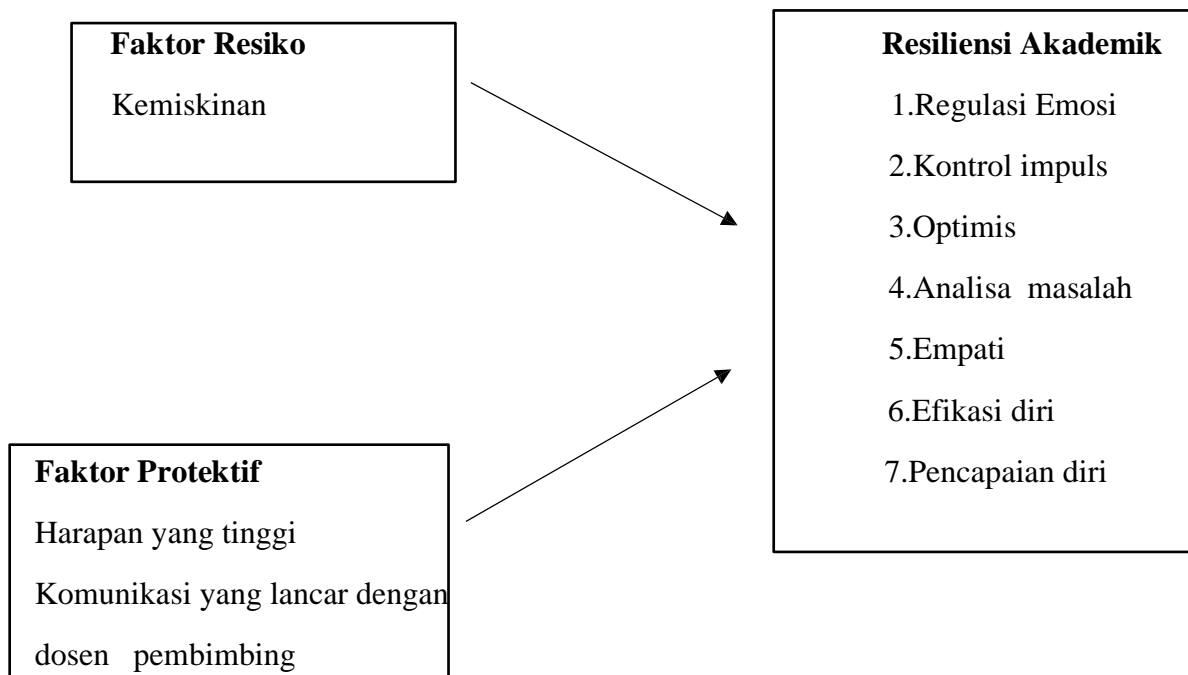
*“Aku pasti bisa selesaiin skripsiku” (optimis)*

*“Nggak bisa bagi waktu antara kerja dan skripsi, ini sumber masalah prokras skripsi...hehe” (analisa masalah)*

*“Kasian ibu yang terus mendorongku untuk nggarap skripsi kalo aku males-malesan terus” (Empati)*

*“Aku yakin bisa selesaiin skripsi” (efikasi diri)*

*“Sejak ngerjain skripsi aku bisa menikmati baca jurnal. Sebelumnya nggak mudeng” (pencapaian diri)*

**Bagan 5 Analisa Subyek 4**

## **Subyek 5**

### **Identitas**

|                            |                                  |
|----------------------------|----------------------------------|
| Nama                       | : C                              |
| Jenis kelamin              | : Laki-laki                      |
| Fakultas/Universitas       | : Psikologi Unika Soegijapranata |
| Angkatan                   | : 2017                           |
| Telah mengerjakan skripsi  | : 2 tahun                        |
| Mengerjakan skripsi sampai | : Bab 5                          |

### **Hasil Observasi**

Subyek memakai kemeja motif kotak, rambut tertata rapi dan banyak senyum. Pembawaan diri subyek santai. Tampilan fisik menunjukkan subyek adalah orang yang menyukai situasi yang santai. Subyek kooperatif saat proses wawancara. Secara keseluruhan proses wawancara berjalan dengan lancar. Subyek secara terbuka menceritakan dinamika pengalamannya dalam mengerjakan skripsi. Selama wawancara, subyek berada di rumah. Tampak rumah sepi dan tidak ada suara yang mengganggu

### **Hasil Wawancara**

#### **Subyek 5**

##### **Latar belakang subyek**

Subyek adalah anak ke dua dari dua bersaudara. Tahun 2020 ayah anfal jantung. Sejak saat itu subyek diminta untuk mengurus toko elektronik di rumah (Tegal). Di rumah selain ada ibu-ayah-subyek, juga kakak perempuan subyek dan 2 anak balita kakak. Rumah mereka di tepi jalan raya, selalu diramaikan kendaraan lalu lalang. Kebisingannya sampai ke dalam rumah. Disamping itu suara balita anak kakak menjerit-menangis, membuat suasana rumah selalu ramai. Menurut subyek suasana rumah tidak kondusif untuk mengerjakan skripsi karena bising yang membuatnya sulit berkonsentrasi.

Selain masalah diminta orangtua mengelola toko elektronik, subyek juga merasa ada konflik dengan orangtuanya. Subyek sangat tidak suka bila dibanding-bandingkan dengan kakaknya atau anak tetangga atau kerabat lainnya yang pengerjaan skripsinya lancar. Menurutnya setiap orang memiliki kapasitas dan jalannya sendiri-sendiri.

Dalam mengerjakan skripsi, subyek sering merasa tertekan dan menangis. Ia ingin segera lulus seperti teman-temannya namun sulit untuk bisa konsentrasi mengerjakan skripsi karena harus mengurus toko dan rumah ramai. Namun subyek punya harapan yang tinggi. Dia sangat ingin dapat segera lulus. Subyek mulai mengerjakan skripsinya jam 23.00 ke atas

saat seisi rumah sudah tidur. Subyek optimis dapat lulus seperti teman-teman lainnya. Dan merasa yakin dapat menyelesaikan skripsinya.

Subyek mengelola emosinya dengan nonton yang lucu-lucu seperti kartun, youtube komedi. Bila ia lelah kerja atau mengerjakan skripsi, subyek istirahat dan melanjutkan setelahnya. Masalah utama yang dialami subyek adalah subyek diminta mengelola toko keluarga, rumah tidak kondusif untuk mengerjakan skripsi dan orangtua selalu membandingkan dirinya dengan seseorang yang mengerjakan skripsi dengan lancar. Namun demikian, subyek berempati pada orangtua yang sudah membiayainya sejak semester awal. Ia berusaha untuk segera lulus dan ingin meraih pencapaian diri setinggi mungkin yang bisa diupayakannya.

## **Analisis Subyek 5**

### **Tema-Tema Utama**

#### **Faktor Resiko untuk Terpuruk**

*“Aku harus ngurus toko elektronik keluarga. Kalo toko nggak buka uang hari mana untuk biaya hidup dan lain-lain” (kemiskinan)*

*“Ortu selalu mbandingin aku sama orang-orang yang skripsinya lancar. Tiap orang kan lain..kesel aku” (konflik dengan ortu)*

*“Rumah bising. Anak kakak ribut, jerit-jerit mulu” (rumah bising)*

#### **Faktor Protektif untuk Resilien**

*“Aku bisalah selesein skripsiku” (harapan yang tinggi)*

### **Resiliensi Akademik**

*“Saat males nggarap skripsi, aku nonton yotube komedi, kartun. Setelahnya mengerjakan skripsi” (regulasi emosi)*

*“Masukan dari dosbing kubiarkan dulu sambil menata hati dan pikiran. Dua hari berikutnya baru kukerjakan dengan tenang” (kontrol impulse)*

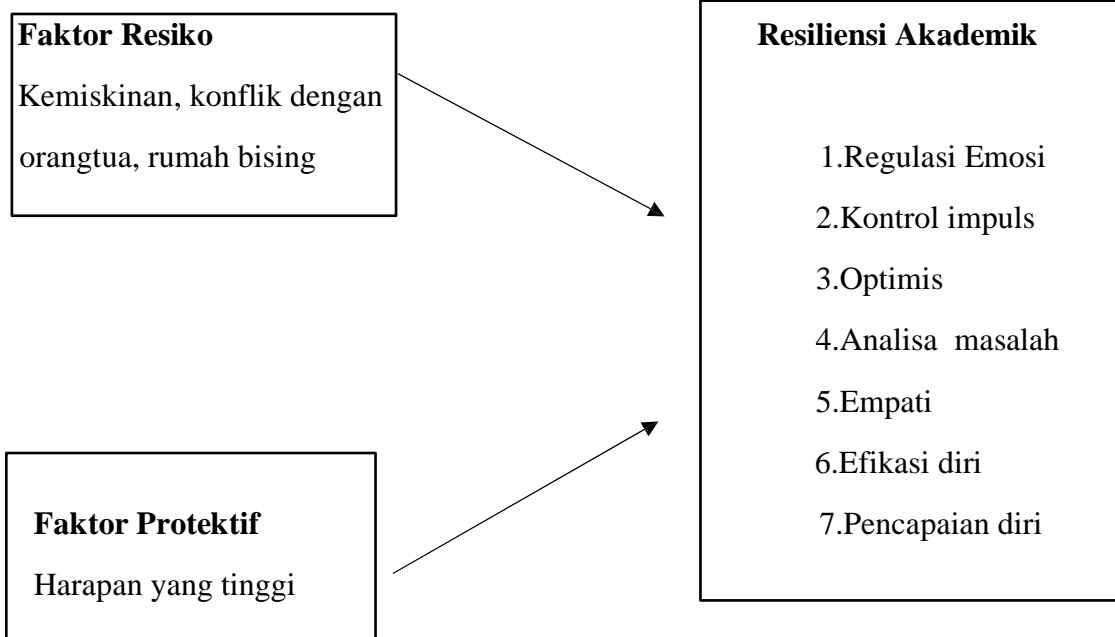
*“Tahun ini aku harus lulus” (optimis)*

*“Aku harus kerja ngurus toko elektronik, konflik dengan ortu, rumah rame, bikin macet skripsiku (analisa masalah)*

*“Ortu dah ngeluarin uang banyak untuk kuliahku”. Aku harus lulus” (Empati)*

*“Aku yakin bisa selesein skripsi” (efikasi diri)*

*“Aku makin hari makin bisa ngebagi waktu antara kerja dan skripsi (pencapaian diri)*

**Bagan 6 Analisa Subyek 5**

## Subyek 6

### Identitas

|                            |                                  |
|----------------------------|----------------------------------|
| Nama                       | : N                              |
| Jenis kelamin              | : Perempuan                      |
| Fakultas/Universitas       | : Psikologi Unika Soegijapranata |
| Angkatan                   | : 2017                           |
| Telah mengerjakan skripsi  | : 2 tahun                        |
| Mengerjakan skripsi sampai | : Bab 4                          |

### Hasil Observasi

Subyek memakai T-shirt warna putih, rambut diikat dan banyak senyum. Pembawaan diri subyek santai. Tampilan fisik menunjukkan subyek adalah orang yang menyukai situasi yang santai. Subyek kooperatif saat proses wawancara. Secara keseluruhan proses wawancara berjalan dengan lancar. Subyek secara terbuka menceritakan dinamika pengalamannya dalam mengerjakan skripsi. Selama wawancara, subyek berada di kamar kos. Tampak kamar kos sepi dan tidak ada suara yang mengganggu karena wawancara dilakukan malam hari.

### Hasil Wawancara

#### Subyek 6

#### Latar belakang subyek

Subyek anak kedua dari dua bersaudara. Ayah sudah meninggal sedangkan ibu tinggal di kota Pekalongan. Kakak perempuan yang membiayai hidup ibu dan semua biaya kuliah-hidup subyek, bekerja dan tinggal di Surabaya. Tahun 2020 saat pandemi covid, subyek pulang ke Pekalongan dan ingin mengerjakan skripsinya disana. Namun merasa rumah tidak kondusif karena tidak ada tempat belajar. Disamping itu subyek merasa ibu yang tinggal serumah dengannya tidak memberi dukungan. Selain itu subyek selalu sibuk dengan hiburan di *gadgetnya*. Disiplin diri untuk mengerjakan skripsi sangat kurang dan selalu *over thinking* penuh keawatiran skripsi yang dikerjakan keliru. Ditambah lagi banyak teman-teman yang biasanya diskusi bersama, sekarang sudah tidak pernah ketemu lagi. Subyek merasa kehilangan dukungan dari teman-temannya.

Tahun 2022 subyek memutuskan kembali ke Semarang untuk menyelesaikan skripsinya. Teman-teman yang biasa bersamanya dihubungi lagi dan mereka mulai diskusi bersama. Subyek merasa ada teman yang mendukungnya. Subyek berharap skripsinya segera selesai. Di Semarang, subyek merasa lingkungan sosial mendukungnya dan komunikasi dengan dosen pembimbing efektif.



Dalam proses mengerjakan skripsi, bila subyek memiliki masalah maka ia membagikan kesedihannya dengan teman. Dalam mengontrol impulsnya subyek berusaha menenangkan diri dengan main *game*, dan nonton film. Subyek optimis dan yakin akan kemampuannya bahwa ia dapat menyelesaikan skripsinya. Masalah yang dihadapi subyek karena kurangnya dukungan sosial dari teman dan sikap perfeksionisnya. Subyek empati pada kakak yang sudah membiayai kuliah dan hidupnya selama ini dan teman-teman yang sudah mendukungnya maka ia berusaha untuk menyelesaikan skripsinya. Subyek berupaya mengembangkan semua potensi positif dirinya untuk meraih pencapaian tertingginya dalam mengerjakan skripsi.

## **Analisis Subyek 6**

### **Tema-Tema Utama**

#### **Faktor Resiko untuk Terpuruk**

“Aku ngerasa sendirian ngerjain skripsiku. Aku butuh dukungan mama dan teman-teman”  
**(Kurang dukungan ortu dan teman)**

“*Disiplin diri untuk ngerjain skripsi aku nggak punya dan kawatir kerjaanku salah*”**(kurang disiplin)**

#### **Faktor Protektif untuk Resilien**

“*Skripsiku bisa selesai tahun ini*” **(Harapan yang tinggi)**

“*Lingkungan kos aman dan nyaman untuk mengerjakan skripsi*” **(Lingkungan yang aman)**

“*Dosbing enak diajak diskusi skripsi*” **(komunikasi efektif dengan dosbing)**

#### **Resiliensi Akademik**

“Kalo aku bete ngerjain skripsi, aku ngobrol sama teman, pacar” **(regulasi emosi)**

“*Main game, nonton film di netflix bantu aku untuk lebih tenang dan siang ngerjain skripsi lagi*” **(kontrol impulse)**

“*Aku bisa ngerjain skripsiku*” **(optimis)**

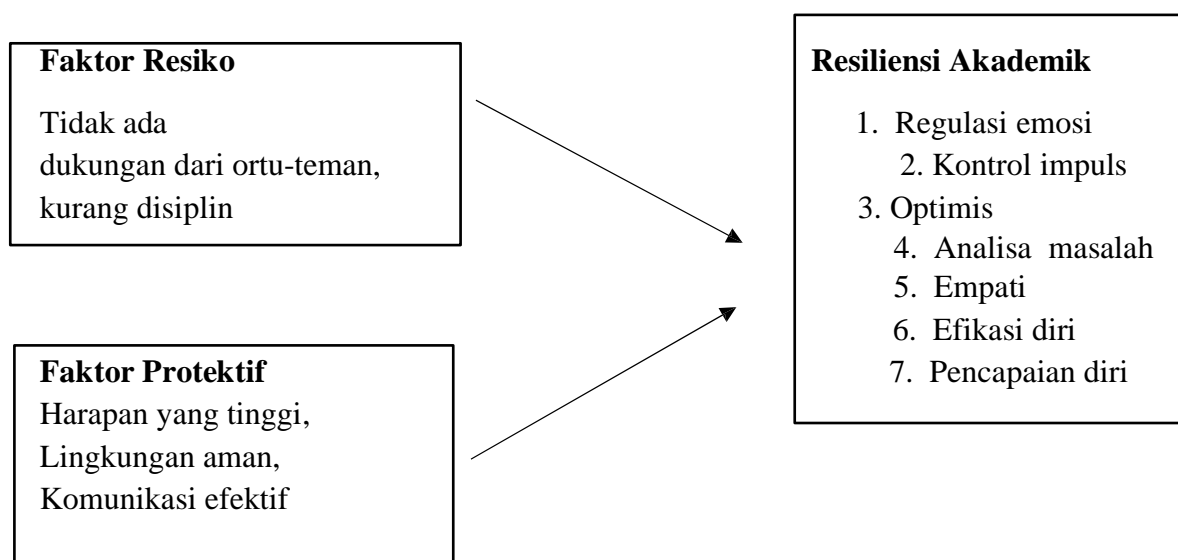
“*Nggak ada dukungan dari mama dan teman adalah sumber masalahku*” **(analisa masalah)**

“*Kakak sudah keluar banyak uang untuk biaya kuliahku. Aku harus segera selesai*”  
**(empati)**

*“Aku yakin bisa selesein skripsiku” (efikasi diri)*

*“Ngerjain skirpsi mbuat aku bisa ngatur emosi” (pencapaian diri)*

### Bagan 7 Analisa Subyek 6



### Analisis Keseluruhan Data

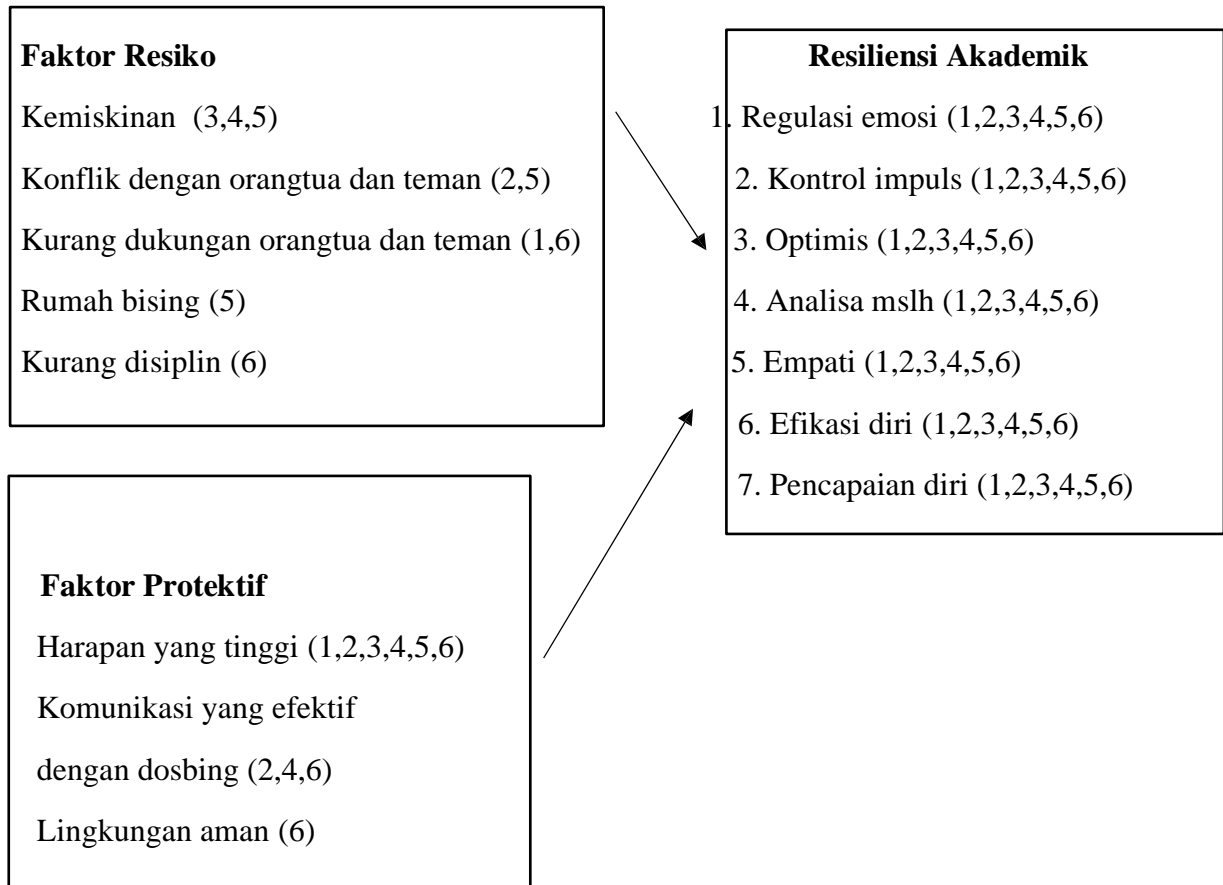
Berdasarkan hasil analisis kasus dari delapan subjek, peneliti melihat ada kesamaan disana sini tentang dinamika resiliensi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dan faktor yang memengaruhinya. Sebagai faktor resiko terjadinya keterpurukan dalam mengerjakan skripsi pada subyek umumnya yaitu kemiskinan (3,4,5). Adanya masalah finansial keluarga membuat subyek harus bekerja. Ketidakmampuan untuk membagi waktu dan energi membuat subyek lebih fokus pada pekerjaan dan meninggalkan skripsi. Tidak adanya dukungan dari orangtua dan teman juga menjadi faktor yang membuat subyek enggan mengerjakan skripsi (1,6). Demikian pula adanya konflik dengan orangtua dan teman membuat subyek meninggalkan skripsinya (2,5). Faktor lain seperti rumah bising, juga membuat subyek sulit berkonsentrasi mengerjakan skripsi (5). Demikian pula kurang disiplin dalam diri menjadi faktor yang membuat skripsi subyek tak kunjung selesai (6).

Faktor protektif yang mendukung subyek resilien, bangkit kembali mengerjakan skripsi pada semua subyek yaitu adanya harapan yang tinggi untuk bisa menyelesaikan skripsinya (1,2,3,4,5,6). Hal lain yaitu komunikasi yang efektif dengan dosen pembimbing membuat subyek bergairah kembali mengerjakan skripsinya (2,4,6). Adanya lingkungan yang aman juga

turut menguatkan subyek untuk menyelesaikan skripsinya (6).

Saat subyek mampu bangkit kembali mengerjakan skripsinya semua subyek melakukan regulasi emosi, kontrol impuls, optimis, analisa masalah, empati, efikasi diri dan pencapaian diri (1,2,3,4,5,6)

### Bagan 8 Kesimpulan Hasil Analisa Kasus Seluruh Subjek



## B. PEMBAHASAN

Enam mahasiswa fakultas Psikologi berpartisipasi dalam penelitian ini. Pada umumnya, empat subyek (3,4,5) memiliki masalah keuangan yang membuatnya harus bekerja. Dalam bekerja tidak mudah membagi perhatian dan waktu. Bekerja dari pagi hingga petang, menyebabkan tenaga dan waktu terkuras sehingga skripsi ditinggalkan. Namun meninggalkan skripsi membuat subyek merasa terpuruk dan sangat sedih saat mendengar berita teman-temannya ujian skripsi atau wisuda. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Rasmanah (2020) yang menyebutkan ada hubungan antara kemiskinan dan keterpurukan pada mahasiswa. Kesulitan keuangan menyebabkan tidak berdaya, dan sedih.

Dua subyek (1,6) kurang mendapat dukungan dari orang tua dan teman. Dan dua subyek lainnya (2,5) memiliki konflik dengan orangtua dan teman. Pengalaman kurangnya dukungan dari orang tua atau konflik dengan orang tua membuat subyek sedih, *overthinking* dan malas mengerjakan skripsi. Hal ini sesuai dengan temuan Pratiwi & Kumala (2021); Sari & Indrawati (2017) bahwa tidak adanya dukungan dari orangtua dan teman membuat mahasiswa merasa sendirian dalam kesulitan mengerjakan skripsi sehingga tidak semangat mengerjakan skripsinya

Faktor pendukung mahasiswa dalam menyelesaikan skripsinya nampak pada harapan yang dimiliki semua subyek (1,2,3,4,5,6). Semua subyek mengatakan ingin menyelesaikan skripsi dan lulus seperti teman-teman lainnya. Temuan ini sesuai dengan penelitian Roellyana & Listiyandini (2016) bahwa harapan membuat seseorang bangkit dari keterpurukan. Demikian pula tiga orang subyek (2,4,6) mengatakan komunikasi yang efektif dengan dosen pembimbing membuat subyek berkeinginan untuk mengerjakan skripsi dan menyelesaikannya. Hal ini sesuai dengan temuan Husna, Savitri, & Sriyanto (2022) bahwa komunikasi yang efektif dengan dosen pembimbing membuat dosen punya kesempatan memotivasi mahasiswa untuk mengerjakan skripsi dan disisi lain mahasiswa berani menanyakan hal yang tidak dipahami.

Setelah bangkit dari keterpurukan, semua subyek penelitian (1,2,3,4,5,6) menunjukkan resiliensi akademik yang tampak pada perilaku melakukan regulasi emosi, kontrol impuls, optimis, analisa masalah, empati, efikasi diri, pencapaian diri. Hal ini mendukung temuan Reivich & Shatte (2002) bahwa regulasi akademik nampak pada berbagai upaya fokus pada bidang akademik dengan dukungan (1) kemampuan mengelola emosi, tetap tenang meskipun sedang berada pada tekanan; (2) kemampuan mengendalikan dorongan, keinginan, dan tekanan yang muncul pada dirinya, selanjutnya membawanya kedalam kemampuan berpikir jernih dan tepat; (c) memiliki kepercayaan penuh terhadap segala sesuatu yang terjadi dan membuatnya menjadi lebih baik lagi; (d) kemampuan menganalisis masalah, e) kemampuan untuk ikut merasakan apa yang dirasakan orang lain; (f) yakin pada kemampuan diri dalam memecahkan masalah; (g) kemampuan untuk meningkatkan aspek positif yang ada dalam dirinya.

Sebagai kesimpulan dapat dikatakan bahwa pada umumnya subyek memiliki faktor resiko yang membuatnya terpuruk dan tidak mengerjakan skripsi berupa: kemiskinan, kurang dukungan dari orangtua dan teman, konflik dengan orangtua dan teman, rumah bising, dan kurang disiplin diri. Sedangkan faktor protektif yang membuat subyek kembali bangkit (resilien) mengerjakan skripsi adalah adanya harapan, komunikasi yang efektif dengan dosen pembimbing dan lingkungan yang aman. Resiliensi akademik yang dimiliki nampak pada perilaku fokus pada bidang akademik dengan dukungan regulasi emosi, kontrol impuls, optimis, analisa masalah, empati, efikasi diri, dan pencapaian diri

## DAFTAR PUSTAKA

- Benard, B. (2004). *Resiliency: What we have learned*. West Ed.
- Cahyani, Y. E., & Akmal, S. Z. (2017). Peranan Spiritualitas terhadap Resiliensi pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 2(1), 32-41
- Cassidy, S. (2015). Resilience building in students: The role of academic self efficacy. *Frontiers in Psychology*, 6, 1–14.
- Gilligan, R. (2007) *Adversity, Resilience and the Educational Progress of Young People in Public Care. Emotional and Behavioural Difficulties*, 12, 135-145.
- Gunawan, I. (2016). *Metode Penelitian Kualitatif Teori & Praktik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hasbiansyah, O. (2008). Pendekatan Fenomenologi: Pengantar Praktik Penelitian dalam Ilmu Sosial dan Komunikasi. *MediaTor*, 9(1), 163-180. <https://ejournal.unisba.ac.id/index.php/mediator/article/view/1146>
- Hendriani, W. 2017. Adaptasi Positif Pada Resiliensi Akademik Mahasiswa Doktoral. *Jurnal Humanitas*. (14) 02: 139-149
- Husna, N., Savitri, S.I., Sriyanto, A.S. 2022. Resiliensi Akademik Mahasiswa Skripsi Di Masa Pandemi Covid-19: Kepercayaan Diri Membaca-Menulis, Dukungan Dosen Pembimbing, Dan Kesiapan Pembelajaran Daring. *Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia* vol 2(9). DOI: <https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v7i10.9796>
- Imandiri, A., Widyastuti, E., & Jonosewojo, A. (2017). State Anxiety Inventory Score Among Students With Final Assignment. *Journal Of Vocational Health*
- Pidgeon, A. M., Rowe, N. F., Stapleton, P., Magyar, H. B., & Lo, B. C. (2014). Examining characteristics of resilience among University students: An international study. *Open journal of social sciences*, 2(11), 14.
- Pratiwi, Z.R & Kumala, D. Dukungan Orang Tua dan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa, 2021, Analitika. *Jurnal Magister Psikologi UMA*, Vol 13 (2).ISSN: 2085-6601 (Print), ISSN: 2502-4590 (Online). DOI:<http://doi.org/10.31289/analitika.v13i1.5482>
- Raharjo, R. (2014). *Problem dan solusi studi mahasiswa semester tua*. Nadwa, 8(2), 313-336.
- Rasmanah, M. “Resiliensi Dan Kemiskinan: Studi Kasus”. *Intizar* 26, no. 1 (July 1, 2020): 33-44. <http://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/intizar/article/view/5106>.
- Reivich K, Shatte A. (2002). *The resilience factor; 7 essential skill for overcoming life's inevitable obstacle*. 1st ed. New York: Broadway Books
- Roellyana, S., Listiyandini, R.A., 2016, *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia* Vol. 1 (1) Hal 29-37 Peranan Optimisme terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengerjakan Skripsi
- Rojas, L. (2015). Factors affecting academic resilience in middle school students : A case study. *Gist Education and Learning Research Journal*, 11(11), 63– 78.
- Rouse, K. A. G. (2001). Resilient students' goals and motivation. *Journal of adolescence*, 24(4), 461-472.
- Sari, P. K. P., & Indrawati, E. S. (2017). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir jurusan x fakultas teknik universitas diponegoro. *Empati*, 5(2), 177-182.
- Tumanggor,dkk. 2015. Pengaruh iklim Kelas Terhadap Resiliensi Akademik, Mastery Goal orientation dan Prestasi Belajar. *Seminar Psikologi dan Kemanusiaan*.UMM