



JURNAL PENDIDIKAN DAN KONSELING

<http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/al-irsyad>

ISSN 2686-2859 (online)

ISSN 2088-8341 (cetak)

Gambaran Resiliensi Akademik Mahasiswa pada Masa Pandemi Covid-19

Ade Chita Putri Harahap¹, Samsul Rivai Harahap², Dinda Permatasari
Harahap³

1. Dosen Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, Jl. Willièm Iskandar pasar V Medan Estate, Deli Serdang, Sumatera Utara, Indonesia
2. Guru Bimbingan Konseling SMA Negeri 1 Sidamanik, Jl. Besar Sidamanik Kab. Simalungun provinsi Sumatera Utara, Indonesia.
3. Dosen Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, Medan Indonesia

Abstract: *Kondisi Dunia yang sedang dilanda Pandemi Covid-19 membuat orang-orang menjadi sangat terbatas untuk melakukan sesuatu. Berbagai sektor terkhusus sektor pendidikan terkena dampak pandemi ini yang mengharuskan para tenaga pendidik dan peserta didik melakukan kegiatan belajar pembelajaran di rumah secara daring/virtual. Mahasiswa dengan berbagai tugas yang diberikan oleh dosen dituntut untuk mampu bertahan di dalam keadaan yang sulit seperti saat ini. mereka harus bisa bertahan dalam segala tekanan, tugas, dan berbagai permasalahan yang dialami selama belajar daring/virtual. Mahasiswa harus mampu menunjukkan resiliensi akademik yang baik selama masa pandemi covid-19 ada. Mahasiswa harus bisa bertahan diberbagai keadaan maupun dalam keadaan covid-19 melanda. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif deskriptif dengan subjek penelitian adalah mahasiswa BKI Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa resiliensi akademik mahasiswa BKI berada pada kategori tinggi dengan presentase 63,12% dan pada kategori sedang sebesar 36,88%. Hal ini menunjukkan bahwa pada masa pandemi covid-19 mahasiswa mampu bertahan di keadaan tersebut dan mampu keluar dari masalah akademik yang dialaminya serta mampu keluar dari tekanan-tekanan akademik yang ada yang dialami selama proses belajar mengajar secara virtual atau daring.*

Keywords: *Mahasiswa, Resiliensi Akademik, Pandemi Covid-19*

PENDAHULUAN

Keadaan dan kondisi tiap-tiap negara yang sedang berjuang melawan pandemi covid-19 membuat banyaknya perubahan-perubahan yang signifikan terjadi. Mulai dari sektor ekonomi, sektor perdagangan bahkan sektor pendidikan.

Tidak dipungkiri sektor pendidikan sangat dirasakan ketidakefektifannya selama masa pandemi covid -19 terjadi. Dimulai dari bulan Maret 2020 sampai dengan Desember 2020 proses pembelajaran dilakukan daring (dalam jaringan)/online. Artinya bahwa berbagai keterbatasan yang dirasakan guru dan siswa dalam melaksanakan proses pembelajaran daring. Berbagai kebijakan baru bagi pendidikan menghasilkan era baru dalam sistem pembelajaran bagi siswa/mahasiswa. Pembelajaran yang selama ini dominan berkumpul di dalam satu ruang kelas, berubah menjadi pembelajaran yang bisa dilakukan di rumah masing-masing (Santoso dan Santosa, 2020). Santoso dan Santosa (2020) menjelaskan beberapa dampak yang terjadi dengan dilakukannya pembelajaran Daring/Online diantaranya adalah adanya kendala dalam beradaptasi dengan belajar daring, dan terjadinya kejenuhan yang terlalu lama karena berada di rumah. Dalam hal ini mahasiswa dituntut untuk mampu beradaptasi dengan keadaan yang baru (new normal) baik dalam hal belajar maupun dalam hal beradaptasi di lingkungan dengan kondisi new normal. Keadaan tersebut sebaiknya dihilangkan, diminimalkan dan dicegah agar tidak terjadi pada mahasiswa, terutama dalam hal belajar. Hal ini bisa disebut dengan istilah resiliensi akademik. Resiliensi itu sendiri diartikan sebagai kemampuan seseorang/sekelompok orang yang memungkinkan untuk menghadapi, mencegah, meminimalkan bahkan menghilangkan dampak yang merugikan bagi dirinya menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi (Richardson dalam Desminta, 2009). Resiliensi akademik adalah kemampuan mahasiswa untuk bertahan pada kondisi yang sulit, bangkit kembali dari keterpurukan, mengatasi kesulitan, dan beradaptasi secara positif terhadap tekanan dan tuntutan akademik (Sari,dkk, 2016).

Martin dan Marsh (dalam Sari,dkk, 2016), menjelaskan bahwa mahasiswa yang resilien secara akademik adalah mahasiswa yang mampu secara efektif menghadapi empat keadaan, yaitu kejatuhan (*setback*), tantangan (*challenge*), kesulitan (*adversity*), dan tekanan (*pressure*) dalam konteks akademik. Mahasiswa yang memiliki resiliensi yang tinggi akan cenderung menunjukkan sikap yang positif dalam menghadapirintangan (Fitri dan Kushendar, 2019). Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Arc, dkk (dalam Fitri dan Kushendar, 2019) bahwa individu dengan resiliensi akan cenderung menunjukkan emosi yang positif dalam menghadapi berbagai peristiwa. Artinya

bahwa yang diharapkan dari keadaan new normal di masa pandemi covid-19 adalah mahasiswa mampu beradaptasi dengan keadaan yang ada kemudian mampu keluar dari keadaan yang tidak diinginkan terutama dalam hal belajar dan mampu menghadapi masalah dalam belajar serta menjadi problem solver terhadap keadaan belajar dan pembelajaran di masa pandemi covid-19.

Resiliensi akademik adalah ketangguhan seseorang dalam menghadapi berbagai tugas akademik dalam lingkungan pendidikan (Corsini dalam Tumanggor, 2015). Mahasiswa yang memiliki resiliensi akademik baik tidak akan mudah putus asa dalam menghadapi kesulitan akademik. Malah sebaliknya, dia akan selalu optimis, berpikir positif dan mampu keluar dari masalah. 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 (Hendriani, 2017). Resiliensi akademik terjadi ketika mahasiswa menggunakan kekuatan internal maupun eksternalnya untuk mengatasi berbagai pengalaman negatif, menekan dan menghambat selama proses belajar, sehingga mereka mampu beradaptasi dan melaksanakan setiap tuntutan akademik dengan baik (Boatman dalam Hendriani, 2017). Seorang 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 (Lodewyk&Winne dalam Tumanggor, 2015).

Reivich dan Shatte (2002) membagi beberapa aspek dari resiliensi diantaranya:

- a) Regulasi Emosi yaitu kemampuan seseorang untuk tetap berada pada keadaan tenang meskipun orang tersebut sedang berada pada tekanan. Regulasi emosi yang dimaksud dalam hal ini adalah pengaturan emosi pada keadaan tenang dan fokus.
- b) Kontrol terhadap impuls merupakan kemampuan seseorang dalam mengendalikan dorongan, keinginan, dan tekanan yang muncul pada dirinya, kemudian 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 membaca dan merasakan perasaan dan emosi orang lain sehingga orang tersebut mampu membaca kondisi psikologis dan emosional seseorang secara verbal maupun non-verbal.
- 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.

Davis (1999) menjelaskan beberapa faktor yang mempengaruhi Resiliensi Akademik seseorang yaitu:

- a) Faktor Individu meliputi kemampuan kognitif, konsep diri individu, harga diri dan kompetensi sosial yang dimilikinya.
- b) Faktor keluarga merupakan circle pertama dari lingkungan individu yang sangat dekat dengan pembentukan kepribadian individu tersebut.
- c) Faktor Komunitas masyarakat sebagai lingkungan yang dekat dengan individu memberikan pengaruh yang besar bagi resiliensi akademik seseorang.

Penelitian Arc,dkk (dalam Fitri dan Kushendar, 2019) menyatakan bahwa seseorang dengan resiliensi akademik yang baik akan cenderung menunjukkan emosi yang positif dalam menghadapi berbagai peristiwa. Dengan kata lain, seseorang yang mampu menghadapi tekanan dalam setiap kegiatan belajar/akademiknya cenderung memberikan respon yang positif baik dari segi emosional maupun dari segi tingkah laku yang muncul di lingkungan. Hasil penelitian Hartuti dan Mangunsong (dalam Sari dan Indrawati, 2016) menyatakan bahwa faktor protektif eksternal resiliensi akademik yang mempunyai pengaruh signifikan adalah pengharapan yang tinggi dari lingkungan. Dari hasil penelitian tersebut peneliti tertarik untuk melihat gambaran resiliensi akademik mahasiswa pada masa pandemi covid-19.

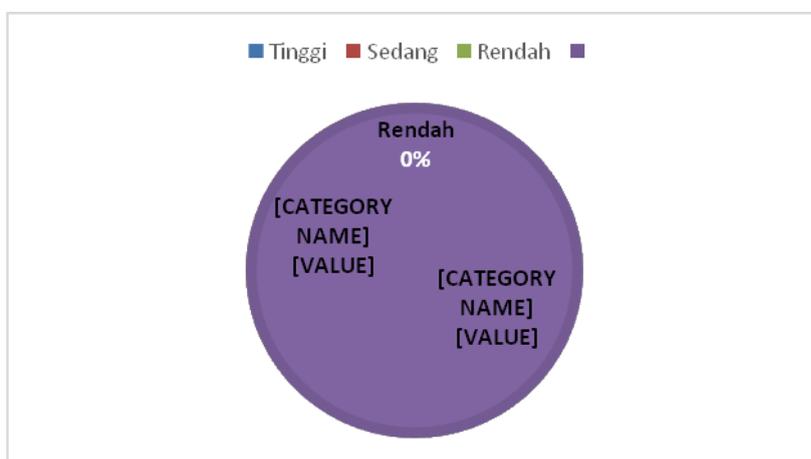
METODE

Jenis penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan menggunakan metode deskriptif. Menurut Lehmann (dalam Yusuf, 2014:62) penelitian

deskriptif kuantitatif adalah salah satu jenis penelitian yang bertujuan mendeskripsikan secara sistematis, faktual, dan akurat mengenai fakta dan sifat tertentu, atau mencoba menggambarkan fenomena secara detail. Peneliti ingin mendapatkan gambaran keadaan resiliensi akademik mahasiswa selama masa pandemi covid-19. Adapun populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa BKI sebanyak 320 orang yang aktif melaksanakan perkuliahan secara daring di rumah selama masa pandemi covid-19.

HASIL

Pengumpulan data yang dilakukan oleh peneliti kemudian diolah untuk menemukan gambaran keadaan resiliensi akademik mahasiswa. Kategori yang digunakan pada skala resiliensi akademik ini menggunakan tiga kategori yaitu tinggi (T), sedang (S), dan rendah (R). adapun hasilnya adalah resiliensi akademik mahasiswa berada pada kategori tinggi sebesar 63,12% atau sebanyak 202 mahasiswa, untuk kategori sedang sebesar 36,88% atau sebanyak 118 mahasiswa dan kategori rendah sebesar 0% atau sebanyak 0 mahasiswa. Adapun hasil tersebut dapat digambarkan pada grafik berikut:



Gambar 1. Grafik Gambaran *Self regulated learning*

PEMBAHASAN

Hasil temuan yang diperoleh oleh peneliti adalah resiliensi akademik mahasiswa berada pada kategori tinggi sebesar 63,12% atau sebanyak 202 mahasiswa dan pada kategori sedang sebesar 36,88% atau sebanyak 118

mahasiswa. Berbagai kesulitan akademik yang dirasakan mahasiswa dalam menjalani proses belajar mengajar secara daring di masa covid-19. Mahasiswa yang memiliki resiliensi akademik yang baik mampu menghadapi kesulitan akademik yang dihadapinya dan cenderung tidak putus asa. Mahasiswa dengan resiliensi akademik yang tinggi/baik mampu bertahan di dalam tekanan dan mampu mencari jalan keluar terhadap permasalahan akademik yang muncul di tengah pandemi covid-19. Keadaan covid-19 yang semakin mengkhawatirkan membuat mahasiswa dituntut untuk bisa belajar secara daring/virtual di rumah tapi tetap tidak menghilangkan kaidah-kaidah dan esensi pembelajaran yang baik walaupun secara daring dilakukan. Seorang mahasiswa memperoleh kesempatan belajar dari situasi yang sulit, menantang dan memacu segenap potensinya. Sebaliknya, mahasiswa yang resiliensinya rendah merasa cemas, takut dan menghindar dari kesulitan, karena hal itu akan mengancam eksistensi dirinya (Hamachek dalam Tumanggor dkk, 2015) . kemampuan individu dalam menentukan keberhasilannya salah satunya adalah dengan tingkat resiliensi akademik yang dimiliki oleh individu tersebut (Fitri dan Kushendar, 2019). Individu yang memiliki resiliensi akademik mampu secara tepat dan cepat kembali kepada kondisi sebelumnya dan terlihat kebal dari peristiwa kehidupan yang negatif (Reivich dan Shatte dalam Fitri dan Kushendar, 2019).

Mereka yang mampu menunjukkan pengelolaan positif terhadap berbagai kondisi yang mendatangkan tekanan dan kemudian berhasil menyelesaikan studi tepat waktu adalah mahasiswa yang diketahui memiliki resiliensi dalam proses belajar, atau yang disebut sebagai resiliensi akademik (Fuerth dalam Hendriani, 2017). 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 (Hendriani, 2017). Resiliensi akademik terjadi ketika mahasiswa menggunakan kekuatan internal maupun eksternalnya untuk mengatasi berbagai pengalaman negatif, menekan dan menghambat selama proses belajar, sehingga mereka mampu beradaptasi dan melaksanakan setiap tuntutan akademik dengan baik (Boatman dalam Hendriani, 2017). Dalam beberapa kasus, resiliensi mengarah pada pola perilaku sehat setelah mengalami kemalangan atau ancaman. Mahasiswa diharapkan memiliki

ketahanan dalam menghadapi tantangan akademik yang disebut resiliensi akademik (Gizir dalam Sari dkk, 2016). Keberadaan resiliensi akademik akan mengubah permasalahan menjadi sebuah tantangan, kegagalan menjadi kesuksesan, ketidakberdayaan menjadi kekuatan. mahasiswa yang memiliki masalah itu, ada yang tahan terhadap problem akademik namun juga ada yang tidak kuat dalam menyelesaikannya (Wahidah, 2018).

PENUTUP

Dari hasil penelitian yang diperoleh menggambarkan bahwa resiliensi akademik mahasiswa berada pada kategori tinggi. Hal ini membuktikan bahwa walaupun keadaan covid-19 terjadi dan masih terus ditangani oleh pemerintah, tidak menutup kemungkinan bahwa mahasiswa mampu bekerja, belajar dalam kondisi apapun mereka mampu bertahan.

DAFTAR RUJUKAN

- Davis, NJ. 1999. Resilience & School Violence Prevention: Research-based program. National Mental Health Information Center.
- Desmita, 2008. Psikologi Perkembangan. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Fitri dan Kushendar. 2019. Konseling Kelompok Cognitive Restructuring untuk Meningkatkan Resiliensi Akademik Mahasiswa. Jurnal Bulletin of Counseling and Psychotherapy. (01) 2:67.
- Hendriani, W. 2017. Adaptasi Positif Pada Resiliensi Akademik Mahasiswa Doktoral. Jurnal Humanitas. (14) 02: 139-149.
- Reivich, K. 2002. The Resilience Factor: 7 Essential skills for overcoming life's inevitable obstacies. New York: Broadways books.
- Santoso, Santosa A. 2020. Covid-19 dalam Ragam Tinjauan Perspektif. Mbridge Press: Jakarta.
- Sari,dkk. 2016. Hubungan Antara Dukungan sosial Teman Sebaya dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Jurusan X Fakultas Teknik Undip. Jurnal Empati. (02)2: 177-182
- Tumanggor,dkk. 2015. Pengaruh iklim Kelas Terhadap Resiliensi Akademik, Mastery Goal orientation dan Prestasi Belajar. Seminar Psikologi dan Kemanusiaan.UMM.
- Wahidah. 2018. Resiliensi Akademik Perspektif Psikologi Islam. Proceeding National Conference Psikologi UGM. Yogyakarta.
- Yusuf, A. M. 2014. *Metode Penelitian: Kuantitatif, kualitatif, dan penelitian gabungan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.