

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Deskripsi Teori

##### 1. Resiliensi Akademik

###### a. Pengertian Resiliensi Akademik

Kaplan dkk., 1996; Eglund dkk., 1993 dalam buku Wiwin Hendriani, menjelaskan bahwa resiliensi merupakan kemampuan individu untuk tetap mempertahankan kemampuannya dan berfungsi secara efektif saat menghadapi berbagai tekanan. Sedangkan menurut Grotberg, mencakup kemampuan manusia untuk bertahan dan beradaptasi, merupakan inti dari kapasitas mereka untuk mengatasi dan menyelesaikan masalah setelah mengalami kesulitan.<sup>1</sup>

Sejalan dengan pengertian diatas Resiliensi yang dimiliki seorang pelajar sering disebut sebagai resiliensi akademik, ini mengacu pada kemampuan seseorang untuk mengatasi pengalaman emosional negatif dan menghadapi tentangan sulit dalam proses belajar mereka. Cassidy dalam Didik Widianoro dkk, mengemukakan bahwa, resiliensi akademik merupakan kemampuan seseorang untuk mencapai kesuksesan dalam pendidikan meskipun menghadapi tantangan yang berat.<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> Wiwin Hendriani, *Resiliensi Psikologis : Sebuah Pengantar* (Jakarta: KENCANA, 2022),. 22.

<sup>2</sup> Didik Widianoro, Sigit Nugroho, and Yanwar Arief, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dari Dosen Dengan Motivasi Meyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa" *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi* 4, no. 1 (2019): 1–14.

Hal yang sama juga dikemukakan oleh Hardiansyah dkk, juga menyampaikan bahwa resiliensi akademik sebagai perspektif individu dalam menghadapi hambatan dan kesulitan yang melibatkan faktor-faktor yang dapat memengaruhi cara individu menanggapi tantangan akademik. Ini mencakup adaptasi terhadap tekanan akademik, penyesuaian diri dengan kondisi, pengendalian rasa frustrasi terkait masalah akademik, penguatan diri dan ketahanan dalam menghadapi masalah akademik, proses berpikir proaktif dan mengidentifikasi kesulitan, serta kemampuan mencari solusi untuk mengatasi permasalahan.<sup>3</sup>

Martin & Marsh menjelaskan bahwa Resiliensi akademik adalah kemampuan untuk mengatasi (*setback*), stres, atau tekanan (*pressure*) dalam konteks akademik, hal ini memungkinkan individu beradaptasi secara efektif di lingkungan akademik. Ini mencakup bagaimana siswa menangani pengalaman negatif atau tantangan yang besar selama proses belajar, sehingga mereka dapat beradaptasi dan memenuhi tuntutan akademik dengan baik. Dengan demikian, resiliensi ini berasal dari kesehatan mental mahasiswa.<sup>4</sup> Sedangkan Boatman menjelaskan bahwa resiliensi akademik adalah ketika seorang mahasiswa berhasil mengatasi berbagai macam resiko dalam studi dengan cara-cara yang adaptif, juga mampu menyeimbangkan antara pemenuhan tuntutan

---

<sup>3</sup> Hardiansyah et al., "Penyusunan Alat Ukur Resiliensi Akademik," *Psikostudia : Jurnal Psikologi* 9, no. 3 (2020): 185.

<sup>4</sup> Herbert W. Marsh and Andrew J. Martin, "Academic Resilience and the Four Cs: Confidence, Control, Composure, and Commitment," *Australian Association for Research in Education* 5, no. 3 (2003): 248.

akademik dengan tuntutan sosialnya yang lain. Mahasiswa yang resilien menunjukkan pengelolaan positif terhadap berbagai kondisi yang mendatangkan tekanan dan menghambat proses belajar, sehingga kemudian mampu menyelesaikan studi dengan hasil yang baik dan optimal.<sup>5</sup>

Dari berbagai makna yang telah diuraikan, maka bisa diambil kesimpulan bahwa resiliensi akademik mencerminkan pada kemampuan individu dalam hal pengendalian, kemampuan seorang pelajar untuk bertahan dalam menghadapi situasi sulit, mampu beradaptasi dan bangkit untuk belajar dari keadaan yang ada, dan mampu mempersiapkan diri untuk mengatasi tantangan akademik yang mungkin muncul di masa depan.

#### **b. Aspek-Aspek Resiliensi Akademik**

Cassidy dalam N afriyani dan T Rahayuningsih menyebutkan bahwa ada tiga aspek pembentuk resiliensi akademik.<sup>6</sup>

##### 1) *Perseverance* (Ketekunan)

Mendeskripsikan individu yang gigih dalam usahanya, tetap berkomitmen pada rencana dan tujuan, bersedia menerima serta memanfaatkan umpan balik, memiliki kemampuan kreatif saat menangani permasalahan, dan menganggap kesulitan sebagai potensi untuk pertumbuhan.

---

<sup>5</sup> Marcia Boatman, "Academically Resilient Minority Doctoral Students Who Experienced Poverty and Parental Substance Abuse" (2014).

<sup>6</sup> N Afriyeni and T Rahayuningsih, "Konstruksi Alat Ukur Resiliensi Akademik Untuk Kepuasan Belajar Online Mahasiswa Pada Masa Pandemi Covid-19," *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi* 2, no. November (2020): 135–46.

- 2) *Reflecting and adaptive help-seeking* (Merefleksikan dan mencari bantuan adaptif )

Mendeskripsikan individu yang mampu merefleksikan diri untuk mengenali kekuatan dan kelemahannya, serta bersedia mengusahakan bantuan, support, dan motivasi dari orang lain sebagai tindakan adaptasi yang positif.

- 3) *Negative affect and emotional response* (Pengaruh negatif dan respon emosional )

Mendeskripsikan mengenai kecemasan, emosi negatif, pandangan optimis atau pesimis, dan sikap negatif yang dialami oleh seseorang selama hidupnya. Dalam konteks ini, individu yang memiliki ketahanan mampu menghindari tanggapan negatif merasakan ketenangan dengan tingkat kecemasan yang rendah, dan memiliki keyakinan terhadap tujuan dan makna dalam hidup serta tindakan yang diambilnya.

Aspek resiliensi akademik yang dikemukakan oleh Hardiansyah., dkk, menjelaskan bahwa terdapat aspek dalam resiliensi akademik yaitu:<sup>7</sup>

- 1) Penyesuaian diri

Merupakan suatu proses atau upaya seseorang untuk mengatasi konflik dalam diri, tekanan, perselisihan, dan frustrasi dengan melibatkan proses mental dan perilaku.

- 2) Ketangguhan (*Hardiness*)

---

<sup>7</sup> Hardiansyah et al., "Penyusunan Alat Ukur Resiliensi Akademik.", 187.

Merupakan kemampuan bertahan menghadapi tantangan dan mengubahnya menjadi peluang potensial.

3) Kecerdasan menghadapi kesulitan (*Adversity Quotient*)

Menunjukkan kecerdasan khusus dalam menghadapi hambatan akademis, membantu mahasiswa memperkuat kemampuan dan ketekunan saat menghadapi tantangan perkuliahan, sambil tetap berpegang pada prinsip dan impian mereka.

4) Pemecahan masalah (*Problem Solving*)

Mengacu pada keterampilan mahasiswa dalam mengidentifikasi serta menemukan solusi untuk mengatasi permasalahan dengan menggunakan strategi atau teknik tertentu sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan.

Reivich & Shatte dalam K Khadijah dkk, menguraikan aspek-aspek resiliensi yaitu sebagai berikut:<sup>8</sup>

1) Regulasi Emosi (*Emotion Regulation*)

Regulasi emosi merupakan kemampuan individu untuk menjaga ketenangan dan konsentrasi, bahkan saat mereka menghadapi tekanan. Ini mencakup regulasi emosi agar tetap stabil dan fokus.

2) Implus Kontrol (*Impulse Control*)

---

<sup>8</sup> K Khadijah, Maharani, and M F Khasanah, "Resiliensi Akademik Mahasiswa Terhadap Pembelajaran Daring," *Educational Guidance and Counseling Development Journal P-ISSN 4*, no. 2 (2021): 66–72.

Merupakan kemampuan seseorang untuk mengelola implus, keinginan, dan tekanan yang muncul sehingga mereka dapat tetap berpikir dengan jernih dan tepat.

3) Optimisme (*Optimism*)

Optimisme adalah keadaan di mana seseorang memiliki keyakinan kuat dalam segala situasi dan yakin bahwa semuanya akan membaik.

4) Kemampuan Menganalisis Masalah (*Casual Analysis*)

Merupakan keadaan di mana seseorang memiliki kemampuan untuk mengidentifikasi penyebab masalah.

5) Empati (*Empathy*)

Merupakan kondisi di mana seseorang memiliki kemampuan yang baik dalam mengenali dengan tepat akar penyebab masalahnya.

6) Efikasi diri (*Self efficacy*)

Merupakan keterampilan seseorang dalam menginterpretasikan perasaan dan emosi orang lain, memungkinkan mereka untuk memahami kondisi psikologis dan emosional seseorang, baik melalui komunikasi verbal maupun nonverbal.

7) Pencapaian (*Reacing Out*)

Merupakan keyakinan individu dalam kemampuannya untuk mengatasi masalah dan pencapaian mencerminkan

kapasitas mereka untuk mengembangkan aspek positif dalam diri mereka sendiri.

### c. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Resiliensi Akademik

Goldstein & Brooks dalam Eza Yulivia mendefinisikan faktor-faktor protektif sebagai berikut “Faktor-faktor seperti kualitas individu, lingkungan, dan interaksi memainkan peran penting sebagai penentu hasil yang lebih baik, terutama dalam situasi yang penuh resiko atau konflik”.<sup>9</sup> Faktor-faktor ini memiliki potensi untuk memberikan dukungan dalam proses perkembangan dan pembentukan resiliensi akademik bagi para pelajar. Dalam konteksnya, resiliensi akademik bisa terpengaruh oleh sejumlah faktor protektif yakni, faktor protektif internal dan eksternal. kedua faktor ini menjadi faktor kunci dalam keberhasilan siswa dalam menghadapi tantangan akademik.

#### 1) Faktor Internal

Benard dalam Euis Sunarti menyatakan faktor-faktor protektif internal yaitu sebagai berikut:<sup>10</sup>

##### a) Kerja sama & komunikasi

Kerja sama dan komunikasi dapat dijelaskan seperti memiliki kapasitas untuk bekerjasama dengan orang lain, berbagi ide, serta menyampaikan perasaan dan keinginan secara efisien. Kemahiran berkomunikasi yang berkualitas

---

<sup>9</sup> Eza Yulivia, “Hubungan Antara Faktor Protektif Eksternal Dengan Penyesuaian Diri Pada Remaja” (Universitas Negeri Jakarta, 2016): 4.

<sup>10</sup> Euis Sunarti et al., “Pengaruh Faktor Ekologi Terhadap Resiliensi Remaja,” *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen* 10, no. 2 (2017): 107–19.

akan memberikan kontribusi positif bagi individu dalam mencapai kesuksesan dalam berkolaborasi dengan sesama.

b) Empati

Empati merupakan kemampuan dasar yang dimiliki manusia yang membimbing individu untuk mengabaikan kepentingan diri sendiri dan bertindak dengan cinta serta memprioritaskan kebutuhan individu lainnya. Kemampuan ini memungkinkan individu untuk merasakan emosi orang lain, memahami pemikiran dan perasaan mereka, serta mengartikan komunikasi non-verbal yang diperlihatkan oleh orang lain, meliputi ekspresi wajah, intonasi suara, dan gerakan tubuh.

c) Efikasi diri

Efikasi diri merupakan kepercayaan individu kepada kemampuannya untuk merencanakan dan mengambil langkah-langkah yang diperlukan demi mencapai tingkat kinerja tertentu. Ini juga dapat dijelaskan sebagai keyakinan pribadi seseorang dalam kemampuannya untuk mengatasi dan menangani tantangan yang dihadapi. Orang yang memiliki efikasi diri cenderung memiliki dedikasi dan ketekunan yang tinggi, bahkan saat menghadapi kegagalan.

d) Kesadaran diri (otonomi)

Kesadaran diri adalah kemampuan untuk memahami dan mengamati pikiran dan perasaan pribadi.

Orang yang memiliki tingkat kesadaran diri yang tinggi mampu beradaptasi dengan berbagai situasi dengan baik.

e) Tujuan dan aspirasi

Tujuan dan aspirasi merupakan manifestasi dari dorongan batin yang mengarahkan perkembangan individu. Individu yang mempunyai target dan cita-cita dapat merencanakan harapannya dan hasratnya demi mencapai kesuksesan di masa depan.

f) Kemampuan memecahkan masalah

Kemampuan dalam memecahkan masalah mengacu kepada keterampilan untuk menyusun, mencari sumberdaya, berpikir secara kritis, kreatif dan efektif mengevaluasi sejumlah sudut pandang sebelum mengambil tindakan atau membuat keputusan.

2) Faktor eksternal

West mengemukakan bahwa faktor protektif eksternal adalah bantuan atau dukungan yang diberikan oleh lingkungan sosial dan juga peluang yang tersedia di rumah, komunitas, sekolah, serta dari kelompok atau teman sebaya. Benard dalam Yulivia mengungkapkan bahwa dukungan sosial merupakan faktor eksternal yang berpengaruh pada penyesuaian diri yakni terdiri dari:<sup>11</sup>

---

<sup>11</sup> Yulivia, "Hubungan Antara Faktor Protektif Eksternal Dengan Penyesuaian Diri Pada Remaja.", 5.

a) Hubungan hangat

Hubungan hangat mengimplikasikan keberadaan setidaknya satu individu yang menunjukkan perhatian, empati, serta pemahaman terhadap perilaku individu yang berpotensi membentuk ketahanan individu.

b) Pengharapan tinggi

Pengharapan tinggi mengacu dalam konteks hubungan yang menyampaikan pesan optimisme, untuk memperkuat keyakinan anak-anak pada diri mereka sendiri dan masa depan mereka. Pengharapan yang tinggi kepada seseorang dapat menghasilkan rasa percaya diri dan pemikiran positif yang berperan penting dalam memperkuat resilienn individu.

c) Partisipasi yang berarti dari lingkungan

Partisipasi yaitu memberikan anak-anak peluang aktif dan memberikan tanggung jawab dalam aktivitas yang memiliki makna. Dengan cara berpartisipasi yang aktif, seseorang bisa secara bebas mengekspresikan diri dan memiliki kemampuan untuk mempertimbangkan berbagai opsi, dampak, serta alternatif dalam menghadapi tantangan kehidupan.

Dari penjelasan yang telah diuraikan, dapat dinyatakan bahwa resiliensi akademik dipengaruhi oleh faktor-faktor yang dapat melindungi individu, termasuk faktor proaktif internal seperti

keterampilan sosial, empati, pemecahan masalah, kepercayaan diri, kesadaran diri, serta tujuan individu, serta faktor protektif eksternal seperti hubungan yang positif, penghargaan dan dukungan sosial.

#### **d. Dimensi Resiliensi Akademik**

Hasil penelitian Marthin & Marsh menemukan bahwa aspek-aspek resiliensi akademik meliputi keyakinan (*confidence*), kontrol (*control*), ketenangan (*composure*) dan komitmen (*commitment*) bisa dijabarkan sebagai berikut:<sup>12</sup>

##### 1) *Confidence (self-belief)*

*Confidence* merupakan kepercayaan dan keyakinan siswa terhadap kemampuan mereka untuk memahami atau melaksanakan tugas sekolah dengan baik, menghadapi tantangan yang mungkin mereka hadapi, dan memberikan yang terbaik sesuai dengan kapasitas mereka.

##### 2) *Control (a sense of control)*

*Control* merupakan tingkat keyakinan siswa dalam kemampuan mereka untuk melakukan tugas dengan baik. Aspek ini tercermin dalam sejauh mana siswa merasa memiliki kendali atas kemampuan mereka. untuk mengelola dan mengontrol beragam tuntutan atau kesulitan yang muncul pada saat kegiatan belajar mereka.

##### 3) *Composure (anxiety)*

---

<sup>12</sup> Marsh and Martin, "Academic Resilience and the Four Cs: Confidence, Control, Composure, and Commitment."

*Composure* melibatkan dua aspek, yaitu perasaan cemas dan kekhawatiran. Perasaan cemas merupakan ketidaknyamanan yang dirasakan siswa saat mereka merenungkan tugas sekolah, pekerjaan rumah, atau ujian. Sedangkan kekhawatiran merupakan ketakutan siswa ketika menghadapi tugas sekolah, pekerjaan rumah, atau ujian dan merasa tidak mampu melakukannya dengan baik.

4) *Commitment (persistence)*

*Commitment* merupakan kemampuan siswa untuk tetap bersungguh-sungguh dalam menyelesaikan tugas atau bahkan memahami situasi yang rumit dan menantang.

## **2. Dukungan Sosial**

### **a. Pengertian Dukungan Sosial**

Menurut Sarafino dan Smith, dukungan sosial merujuk pada penghiburan, fokus, kenyamanan, rasa syukur, atau bantuan yang ditawarkan seseorang atau kelompok kepada orang lain yang memberikan efek positif pada keadaan fisik maupun psikis baik secara langsung maupun tidak langsung.<sup>13</sup>

Dukungan sosial menurut Jonhson & Jonhson dalam Suryani merupakan upaya untuk saling meningkatkan kesejahteraan dengan memberikan bantuan, dorongan, penerimaan, dan kepastian melalui pertukaran sumber-sumber dukungan. Cutrona menjelaskan bahwa dukungan sosial adalah suatu konsep

---

<sup>13</sup> Edward P Sarafino and Timothy W Smith, *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*, Seventh Ed (Jhon Wiley & Sons, Inc, 2011).

yang melibatkan tindakan interaksi komunikasi yang mendukung, menghormati nilai-nilai yang berbeda, serta membantu individu dalam mengatasi berbagai masalah dan beradaptasi dengan situasi yang beragam.<sup>14</sup>

Weiss dalam Cutrona menjelaskan bahwa hubungan yang dibangun di atas keyakinan bahwa seseorang dicintai, dihormati, dan dihargai merupakan bentuk dari dukungan sosial, yang membantu orang-orang yang menghadapi tantangan dalam hidup mereka.<sup>15</sup>

Memberikan dukungan sosial memiliki potensi besar dalam meningkatkan rasa percaya diri individu dan mencegah mereka merasa pesimis atau tidak berarti. Dalam konteks ini, seseorang dapat mengambil langkah dengan keyakinan yang lebih besar berkat dukungan yang mereka terima dari keluarga dan lingkungan sekitar mereka.

Jadi, dapat ditarik kesimpulan bahwa dukungan sosial berasal dari dorongan dan semangat dari orang-orang disekitar kita yang sangat penting bagi individu dalam kehidupannya. Individu dapat menerima dukungan sosial dari berbagai sumber, baik itu keluarga atau lingkungan sekitarnya. Dukungan tersebut akan menjadi lebih signifikan ketika berasal dari orang yang mempunyai ikatan emosional yang kuat dengan individu tersebut.

---

<sup>14</sup> Cahya Suryani, *Dukungan Sosial Di Media Sosial* (Yogyakarta: ASPIKOM dan Buku Litera Yogyakarta, 2017), 253.

<sup>15</sup> Carolyn E. Cutrona et al., “‘Perceived Parental Social Support and Academic Achievement: An Attachment Perspective’: Correction to Cutrona et Al.,” *Journal of Personality and Social Psychology* 66, no. 4 (1994): 687.

## **b. Aspek-Aspek Dukungan Sosial**

Menurut Sarafino & Smith ada empat aspek dalam dukungan sosial diantaranya yaitu:<sup>16</sup>

### 1) *Emosional of esteem support* (dukungan emosional)

Dukungan emosional adalah bentuk dukungan yang melibatkan kemampuan untuk merasakan empati, menunjukkan perhatian yang tulus, memberikan penghargaan positif, dan memberikan dorongan, sehingga individu merasa nyaman, aman, dan dihargai, serta merasakan kasih sayang.

### 2) *Tangible or instrumental support* (dukungan instrumental)

Dukungan instrumental adalah jenis dukungan yang melibatkan bantuan praktis secara langsung, seperti memberikan atau meminjamkan barang, bantuan finansial, atau bantuan dalam bentuk tindakan atau jasa yang konkrit.

### 3) *Informasional support* (dukungan informasional)

Dukungan informasional adalah bentuk dukungan yang melibatkan pemberian nasihat, panduan, atau tanggapan kepada individu.

### 4) Dukungan kebersamaan

Dukungan kebersamaan adalah bentuk dukungan di mana orang lain dengan sukarela meluangkan waktu bersama seseorang untuk menciptakan perasaan diterima oleh mereka.

---

<sup>16</sup> Sarafino and Smith, *Health Psychology : Biopsychosocial Interactions*.

Menurut Weiss dalam Ratih Ayu Dwi Arindawanti dan Umi Anugerah Izzati dukungan sosial memiliki beberapa aspek diantaranya yaitu:<sup>17</sup>

1) *Attachmeny* (kelekatan)

Merupakan hubungan emosional yang mendalam dan memberikan rasa ketenangan, sehingga menciptakan kenyamanan.

2) *Social integration* (integrasi sosial)

Adalah pengalaman memiliki kedekatan dalam lingkungan kelompok yang memungkinkan kolaborasi bersama dalam berbagai aktivitas.

3) *Opportunity for nurturance* (kesempatan turut mengasuh)

Adalah rasa percaya diri bahwa seseorang dapat menjadi penopang bagi orang lain dalam mengatasi beban atau tekanan dalam kehidupan mereka.

4) *Reassurance of worth* (adanya sebuah pengakuan)

Adalah bentuk penghargaan atau pengakuan terhadap kemampuan, kecakapan, atau keahlian seseorang.

5) *A sense of reliable alliance* (terdapat orang lain yang dapat diandalkan)

Adalah kesiapan seseorang untuk mendukung dalam saat kesulitan atau memiliki seseorang yang bisa diandalkan ketika permasalahan muncul.

---

<sup>17</sup> Ratih Ayu Dwi Arindawanti and Umi Anugerah Izzati, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Subjective Well-Being Pada Karyawan Bagian Produksi," *Jurnal Penelitian Psikologi* 8, no. 4 (2021): 4.

6) *The obtaining of guidance* (nasihat atau bimbingan)

Merupakan kehadiran bimbingan atau nasihat dari orang lain untuk menemukan solusi ketika menghadapi masalah.

**c. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Dukungan Sosial**

Faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan sosial menurut Cohen dan Syme dalam Suryani diantaranya yaitu:<sup>18</sup>

1) Pemberian dukungan sosial

Dukungan yang bersifat konsisten dari satu sumber memiliki lebih banyak makna dibandingkan dengan dukungan dari berbagai sumber, karena hubungan dekat dan tingkat kepercayaan yang lebih tinggi antara penerima dan sumbernya.

2) Jenis dukungan

Dukungan yang relevan dan berharga sangat diperlukan dalam menghadapi situasi tertentu untuk penerimannya.

3) Penerimaan dukungan

Efektivitas dukungan yang diterima juga dipengaruhi oleh karakteristik penerimanya, seperti kepribadian, kebiasaan, dan peran sosial. Selain itu, evektifitas dukungan akan meningkat jika penerima dan pemberi dukungan memiliki keterampilan dalam mencari dan memelihara sumber dukungan yang mereka terima.

4) Lamanya pemberian dukungan

---

<sup>18</sup> Suryani, *Dukungan Sosial Di Media Sosial*.

Waktu saat dukungan diberikan memengaruhi kemampuan pemberi dukungan untuk memberikan bantuan dalam periode tertentu.

#### **d. Dimensi Dukungan Sosial**

Cohen & Hoberman membagi dimensi dukungan sosial menjadi empat bagian yaitu sebagai berikut:<sup>19</sup>

##### 1) *Appraisal support*

Dukungan merujuk pada memberikan nasihat atau memberikan perasaan bahwa seseorang memiliki tempat untuk berbicara tentang masalah dalam hidupnya. Ini juga dapat mencakup memberikan informasi yang diperlukan untuk membantu individu menyelesaikan masalah mereka.

##### 2) *Belonging support*

Merupakan perasaan individu bahwa mereka disambut dengan baik oleh orang lain. Kehadiran orang lain membuat individu merasa bahagia dan termotivasi, yang dapat menjadi peluang untuk membantu mengatasi masalah individu tersebut.

##### 3) *Self-esteem support*

Merupakan jenis dukungan yang dapat membantu individu merasa lebih baik tentang diri mereka sendiri, dan sering kali disebut sebagai dukungan emosional.

##### 4) *Tangible support*

---

<sup>19</sup> Julius Johanesa Aji Atmaja and Achmad Chusairi, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Tingkat Stres Pada Karyawan Kontrak Di Masa Pandemi Covid-19," *Jurnal Ilmiah Multidisiplin* 1, no. 6 (2022): 1590.

Ini merupakan bentuk dukungan konkret yang diberikan kepada individu oleh orang lain dalam bentuk materi, seperti barang atau uang yang diperlukan. Jenis dukungan ini juga disebut sebagai dukungan instrumental atau dukungan material yang digunakan untuk membantu individu mengatasi masalahnya.

## **B. Variabel Penelitian**

Variabel adalah aitem yang menjadi fokus dalam penelitian yang unik dan menarik atau gejala-gejala yang sedang diamati dalam sebuah peristiwa. Variabel terdiri dari dua jenis:<sup>20</sup>

### 1. Variabel bebas (X)

Variabel bebas (*Independen*) bisa juga dikatakan sebagai variabel stimulus yaitu variabel yang mempengaruhi variabel terikat. merupakan faktor yang menjadi pemicu perubahan hasil yang terjadi.

### 2. Variabel terikat (Y)

Variabel terikat (*Dependen*) bisa juga disebut dengan variabel *output* yaitu adalah yang dipengaruhi atau yang menghasilkan efek sebagai akibat dari adanya variabel independen.

Adapun dalam penelitian ini memiliki satu variabel bebas (X) dan satu variabel terikat (Y)

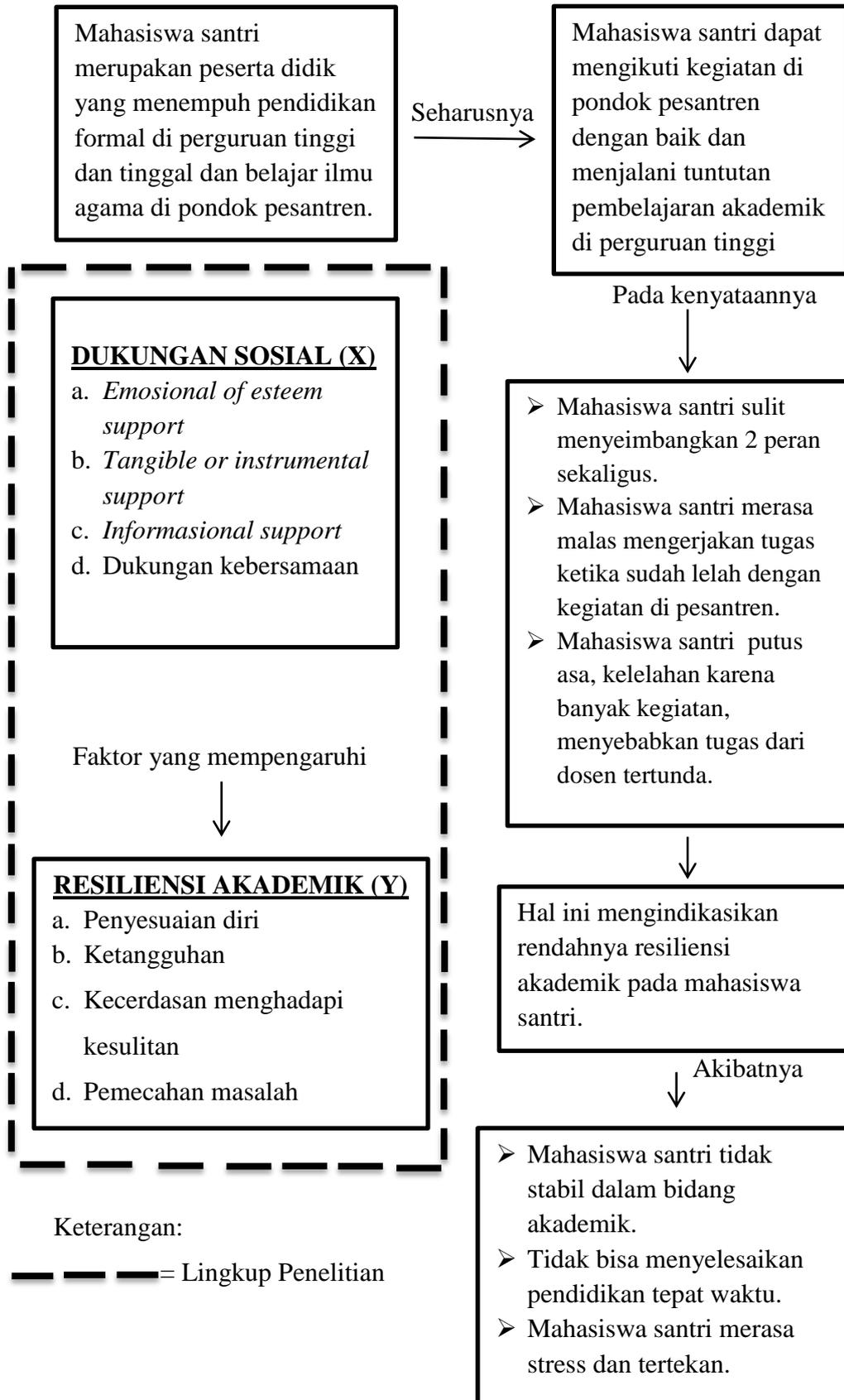
Variabel Independen (X) : Dukungan Sosial

Variabel Dependen (Y) : Resiliensi Akademik

---

<sup>20</sup> Abd. Mukhid, *Metodologi Penelitian Pendekatan Kuantitatif, Syria Studies*, vol. 7, 2021., 61.

### C. Kerangka Berpikir



#### **D. Hipotesis Penelitian**

Hipotesis merupakan pernyataan tentatif yang merupakan dugaan sementara terkait dengan permasalahan yang diteliti oleh peneliti karena masih belum dibuktikan kebenarannya.<sup>21</sup> Dalam proses penelitian, hipotesis penelitian memberikan pencerahan dalam menjabarkan sebuah jawaban terhadap masalah yang sedang diteliti. Hipotesis yang diajukan:

Ho : Tidak ada hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi akademik mahasiswa santri di Pesantren Pelajar Al-Fath Kota Kediri.

Ha : Ada hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi akademik mahasiswa santri di Pesantren Pelajar Al-Fath Kota Kediri.

---

<sup>21</sup> Jim Hoy Yam and Ruhayat Taufik, "Hipotesis Penelitian Kuantitatif," *Perspektif: Jurnal Ilmu Administrasi* 3, no. 2 (2021): 96–102.