

## HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN RESILIENSI AKADEMIK MAHASISWA UNIVERSITAS ISLAM RIAU DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI

Saliza Diva Fadila<sup>1</sup>, Raihanatu Binqalbi Ruzain<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Fakultas Psikologi, Universitas Islam Riau, Pekanbaru, Indonesia.  
Email: raihanatu.binqalbi@psy.uir.ac.id

### ABSTRACT

*Final-year students often experience high academic pressure during the thesis writing process, which requires strong academic resilience to persist and complete their studies. Peer social support is believed to play a significant role in fostering such resilience. This study aims to examine the relationship between peer social support and academic resilience among Universitas Islam Riau students working on their theses. The research employed a quantitative approach with a correlational design. The sample consisted of 354 students from the Faculties of Law, Communication, and Agriculture, selected through random sampling techniques. The instruments used were the Peer Social Support Scale and the Academic Resilience Scale, both of which had been tested for validity and reliability. The results revealed a significant positive relationship between peer social support and academic resilience ( $p < 0.05$ ). These findings highlight that higher levels of peer support are associated with stronger academic resilience among students. Therefore, peer social support should be considered a protective factor that helps students cope with academic challenges in the final stage of their studies.*

**Keywords:** peer social support, academic resilience, students, thesis

### ABSTRAK

Mahasiswa tingkat akhir sering menghadapi tekanan akademik tinggi dalam proses penyusunan skripsi, sehingga membutuhkan resiliensi akademik untuk mampu bertahan dan menyelesaikan studi. Dukungan sosial teman sebaya diyakini berperan penting dalam membangun resiliensi tersebut. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan resiliensi akademik pada mahasiswa Universitas Islam Riau yang sedang menyusun skripsi. Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Sampel berjumlah 354 mahasiswa dari Fakultas Hukum, Fakultas Ilmu Komunikasi, dan Fakultas Pertanian, dipilih melalui teknik random sampling. Instrumen penelitian berupa skala dukungan sosial teman sebaya dan skala resiliensi akademik yang telah diuji validitas serta reliabilitasnya. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik mahasiswa ( $p < 0,05$ ). Temuan ini menegaskan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima dari teman sebaya, semakin kuat pula resiliensi akademik mahasiswa. Oleh karena itu, peran dukungan sosial dari lingkungan pertemanan perlu diperhatikan sebagai faktor protektif yang membantu mahasiswa menghadapi tantangan akademik pada tahap akhir studinya.

**Kata kunci:** dukungan sosial teman sebaya, resiliensi akademik, mahasiswa, skripsi

## PENDAHULUAN

Penyusunan skripsi merupakan tahap akhir yang wajib ditempuh mahasiswa untuk memperoleh gelar sarjana. Pada tahap ini, mahasiswa sering menghadapi berbagai tantangan akademik maupun psikologis. Sebagian mahasiswa mampu menyelesaikan skripsi dengan lancar, tetapi banyak pula yang mengalami hambatan sehingga proses studinya terhambat. Wiza et al. (2018) mencatat bahwa hanya sebagian mahasiswa yang berhasil melanjutkan hingga tahap ujian komprehensif, sementara sisanya menghadapi kesulitan serius dalam penyusunan skripsi.

Hambatan yang dialami mahasiswa dapat berasal dari faktor internal maupun eksternal. Cahyani dan Akmal (2017) menyebutkan bahwa faktor eksternal mencakup kesulitan menentukan topik, keterbatasan referensi, kendala dalam memperoleh instrumen, hingga keterbatasan waktu bimbingan. Sementara itu, faktor internal meliputi rasa malas, kecemasan, serta ketakutan untuk berinteraksi dengan dosen pembimbing. Kesulitan-kesulitan ini menuntut mahasiswa memiliki kemampuan bertahan yang kuat agar tidak menyerah dalam proses akademik.

Kemampuan tersebut dikenal sebagai resiliensi akademik, yaitu kapasitas individu untuk bangkit dan beradaptasi ketika menghadapi hambatan belajar. Resiliensi akademik memungkinkan mahasiswa tetap termotivasi, mengatur emosi, serta mencari strategi adaptif dalam menyelesaikan skripsi (Cassidy, 2016). Dalam konteks pendidikan tinggi, resiliensi menjadi salah satu faktor protektif yang sangat menentukan keberhasilan studi.

Resiliensi sebagai konsep psikologis telah banyak diteliti. Reivich dan Shatté (2002) mendefinisikannya sebagai kapasitas untuk merespons secara sehat terhadap tekanan, tantangan, atau trauma, serta mampu belajar dari pengalaman negatif. Masten (2001) menyebut resiliensi sebagai *ordinary magic*, yakni kemampuan adaptasi sehari-hari yang dimiliki hampir semua orang bila didukung oleh faktor protektif dari lingkungannya.

Dalam konteks akademik, resiliensi memiliki karakteristik khusus. Cassidy (2016) mengembangkan *Academic Resilience Scale (ARS-30)* untuk mengukur kemampuan mahasiswa dalam menghadapi tekanan belajar. Skala ini menekankan dimensi persistence (ketekunan), help-seeking (kemauan mencari bantuan), emotional regulation (kemampuan mengatur emosi), dan adaptability (kemampuan beradaptasi dengan perubahan). Mahasiswa dengan resiliensi akademik tinggi umumnya lebih optimis, mampu mengelola stres, serta tidak mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan akademik.

Salah satu faktor yang dapat memperkuat resiliensi mahasiswa adalah dukungan sosial dari teman sebaya. Teman sebaya sering menjadi pihak pertama yang diandalkan mahasiswa untuk berbagi pengalaman, mencari solusi, maupun memberikan semangat ketika menghadapi kesulitan akademik. Dukungan ini dapat berupa dukungan emosional, penghargaan, instrumental, maupun informasional (Sarafino & Smith, 2014). Dengan adanya dukungan tersebut, mahasiswa merasa tidak sendirian menghadapi tantangan, sehingga lebih mampu bertahan dalam menyelesaikan tugas akhir.

Teori dukungan sosial dikembangkan lebih jauh oleh House (1981) yang membagi dukungan sosial ke dalam empat kategori: emosional, instrumental, informasional, dan appraisal. Dukungan emosional mencakup empati, kepedulian, serta perhatian yang dapat mengurangi stres. Dukungan instrumental berupa bantuan nyata, misalnya berbagi referensi atau membantu dalam proses pengumpulan data. Dukungan informasional memberikan saran atau arahan yang relevan, sedangkan dukungan appraisal berupa umpan balik yang membantu individu melakukan evaluasi diri. Keempat bentuk dukungan ini sangat penting dalam mendukung mahasiswa menghadapi tekanan akademik, terutama dalam menyelesaikan skripsi.

Penelitian-penelitian sebelumnya konsisten menegaskan kaitan antara dukungan sosial dan resiliensi. Malecki dan Demaray (2003) menemukan bahwa siswa dengan dukungan sosial lebih tinggi menunjukkan keterlibatan akademik yang lebih kuat. Wilks (2008) melaporkan bahwa mahasiswa dengan jaringan sosial yang suportif memiliki resiliensi lebih baik saat menghadapi stres akademik. Temuan serupa dikemukakan oleh Bacchi dan Licinio (2017) yang menyebutkan bahwa resiliensi berhubungan dengan rendahnya distress psikologis pada mahasiswa psikologi. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak hanya meningkatkan motivasi akademik, tetapi juga berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Selain aspek psikologis, konteks budaya juga memengaruhi hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi. Dalam budaya kolektif seperti Indonesia, hubungan sosial antar mahasiswa sering kali menyerupai relasi keluarga besar. Mahasiswa tidak hanya mendapatkan dukungan dalam hal akademik, tetapi juga dukungan moral dan emosional yang kuat. Bentuk kebersamaan ini memperkuat daya tahan mereka ketika menghadapi tekanan akademik, termasuk dalam menyusun skripsi. Dukungan yang datang dari kelompok belajar, organisasi mahasiswa, maupun komunitas kampus menciptakan iklim positif yang memungkinkan mahasiswa merasa dihargai dan didukung.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat ditegaskan bahwa resiliensi akademik merupakan faktor penting yang menentukan keberhasilan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi, sementara dukungan sosial teman sebaya merupakan salah satu faktor eksternal utama yang memengaruhi resiliensi tersebut. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan resiliensi akademik pada mahasiswa Universitas Islam Riau yang sedang menyusun skripsi. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dalam bidang psikologi pendidikan serta menjadi masukan praktis bagi mahasiswa, dosen,

maupun pihak universitas dalam menciptakan iklim akademik yang lebih suportif.

## **METODE PENELITIAN**

### **Desain Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Pendekatan ini dipilih karena penelitian berfokus pada pengujian hubungan antara dua variabel, yaitu dukungan sosial teman sebaya sebagai variabel independen dan resiliensi akademik sebagai variabel dependen, tanpa melakukan manipulasi terhadap kondisi subjek. Desain korelasional memungkinkan peneliti mengidentifikasi arah dan kekuatan hubungan kedua variabel berdasarkan data numerik.

### **Populasi dan Sampel**

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Universitas Islam Riau yang sedang menyusun skripsi pada tahun akademik 2022/2023, dengan jumlah total 3.075 mahasiswa. Dari populasi ini ditetapkan sebanyak 354 mahasiswa sebagai sampel penelitian. Penentuan jumlah sampel dilakukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5%, sehingga jumlah sampel yang diperoleh cukup representatif untuk menggambarkan populasi.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *stratified cluster random sampling*. Mahasiswa dikelompokkan terlebih dahulu berdasarkan fakultas, kemudian dari tiap fakultas diambil cluster secara acak. Penelitian ini melibatkan mahasiswa dari tiga fakultas, yaitu Fakultas Hukum, Fakultas Ilmu Komunikasi, dan Fakultas Pertanian. Pemilihan teknik ini dimaksudkan agar setiap fakultas memiliki peluang yang sama untuk terwakili dalam sampel, sekaligus menghindari bias.

### **Instrumen Penelitian**

Pengumpulan data dilakukan menggunakan dua skala psikologis yang disusun berdasarkan teori dan penelitian terdahulu. Skala Resiliensi Akademik

diadaptasi dari *Academic Resilience Scale (ARS-30)* yang dikembangkan oleh Cassidy (2016). Skala ini mengukur sejauh mana mahasiswa mampu bangkit dan beradaptasi ketika menghadapi hambatan akademik. Dimensi yang diukur berdasarkan *Persistence* (ketekunan), *Help-seeking* (kemauan mencari bantuan), *Emotional regulation* (pengaturan emosi), *Adaptability* (kemampuan beradaptasi).

Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya disusun berdasarkan teori dukungan sosial Sarafino dan Smith (2014), yang mencakup empat aspek, Dukungan emosional, Dukungan penghargaan, Dukungan instrumental, Dukungan informasional

Kedua skala menggunakan model Likert dengan lima pilihan jawaban : Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

**Prosedur Penelitian**

Langkah penelitian dimulai dengan penyusunan instrumen berdasarkan teori, kemudian dilakukan uji coba (pilot test) pada kelompok kecil mahasiswa. Setelah instrumen dinyatakan valid dan reliabel, peneliti meminta izin resmi kepada pihak kampus untuk mengumpulkan data.

Kuesioner disebarkan kepada sampel penelitian, melalui media daring. Sebelum mengisi, responden diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian, kerahasiaan

data, serta hak untuk menarik diri kapan saja tanpa konsekuensi. Data yang terkumpul diperiksa kembali untuk memastikan kelengkapan jawaban, kemudian dimasukkan ke dalam program SPSS untuk dianalisis.

**Analisis Data**

Data dianalisis menggunakan korelasi Spearman Rank ( $\rho$ ) karena data berasal dari skala Likert (ordinal) dan tidak berdistribusi normal. Uji ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik. Tingkat signifikansi yang digunakan adalah 0,05.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas**

Uji validitas dilakukan dengan validitas isi melalui analisis butir menggunakan korelasi item-total. Butir yang memiliki koefisien korelasi signifikan dengan skor total dipertahankan, sementara butir yang tidak valid dieliminasi.

Uji reliabilitas dilakukan dengan menghitung Cronbach's Alpha. Hasil uji menunjukkan bahwa kedua skala memiliki reliabilitas tinggi ( $\alpha > 0,70$ ), yang berarti konsistensi internal instrumen dapat diterima.

**Tabel 1: Reliabilitas variabel**

Variabel	Cronbach's Alpha.	Signifikansi
Resiliensi Akademik	0,91	$\alpha > 0,70$
Dukungan Sosial Teman Sebaya	0,95	$\alpha > 0,70$

Sebelum digunakan dalam penelitian utama, kedua skala diuji cobakan pada 30 mahasiswa di luar sampel penelitian. Uji coba ini bertujuan menilai validitas item dan reliabilitas internal.

Skala Resiliensi Akademik pada tahap awal terdiri dari 33 item. Hasil uji validitas

menunjukkan bahwa 9 item memiliki korelasi item-total di bawah 0,30, sehingga dieliminasi. Setelah eliminasi, skala final berjumlah 24 item dengan reliabilitas tinggi (Cronbach's Alpha = 0,91).

**Tabel 2: Skala Resiliensi Akademik**

Pernyataan	Cronbach's Alpha
Saya malas untuk mencari rujukan yang sesuai penelitian saya	0.666
Saya mencari informasi yang relevan di internet terkait hal yang saya	0.299

bingungkan dalam skripsi	
Saya berjuang mengerjakan revisian dari dosen agar dapat menyelesaikan skripsi	0.641
Saya merasa ingin menyerah dalam menyelesaikan skripsi	0.547
Saya yakin bahwa saya dapat mengatasi kesulitan dalam penyelesaian skripsi	0.473
Saya putus asa ketika ada kesulitan dalam mencari referensi	0.618
Saya semangat untuk menyelesaikan skripsi saya	0.578
Saya tidak memiliki target untuk menyelesaikan revisi dari dosen pembimbing	0.624
Saya malas membuka laptop karena saya tidak mengerti apa yang harus dikerjakan	0.397
Saya menunda-nunda mengerjakan skripsi karena merasa sulit	0.589
Kesulitan dalam mengerjakan skripsi membuat saya menjadi lebih semangat	0.439
Saya yakin bahwa revisi yang diberikan dosen membuat skripsi saya lebih sempurna	0.684
Saya akan memanfaatkan kesuksesan selama perkuliahan untuk memotivasi saya menyelesaikan skripsi	0.385
Saya bertanya kepada teman ketika bingung dengan skripsi saya	0.598
Ketika kesulitan mencari referensi saya meminta bantuan kepada teman untuk mencarinya	0.524
Saya merasa tidak ada orang yang dapat membantu menyelesaikan kesulitan dalam skripsi saya	0.506
Saya khawatir tidak dapat menyelesaikan skripsi karena terdapat kendala	0.580
Saya berpikir peluang saya untuk lulus tepat waktu sangat kecil	0.341
Saya menjadi pesimis melihat teman sebaya saya sudah lulus	0.523
Saya merasa bertemu dengan teman dapat menghilangkan stress dalam mengerjakan skripsi	0.465
Saya menjadi lebih sensitiv ketika seseorang bertanya terkait perkembangan skripsi saya	0.445
Saya memiliki perasaan cemas tidak dapat menyelesaikan skripsi saya	0.542
Saya dapat mengontrol perasaa cemas yang saya rasakan dalam mengerjakan skripsi	0.315
Saya cemas tidak dapat mengejar target menyelesaikan skripsi yang saya tetapkan	0.618

Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya pada tahap awal memuat 40 item. Dari hasil uji validitas, terdapat 1 item dengan korelasi rendah ( $< 0,30$ ), sehingga

dieliminasi. Dengan demikian, skala final berjumlah 39 item dengan reliabilitas sangat baik (Cronbach's Alpha = 0,957).

**Tabel 3: Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya**

Pernyataan	Cronbach's Alpha
Teman saya memberikan semangat saat saya mendapat revisi dari dosen	0.647
Teman saya tidak peduli dengan kesulitan saya	0.460
Teman saya mengabaikan saya	0.694
Teman saya mengingatkan sata untuk istirahat ketika melihat saya kesulitan	0.493
Saya senang saat bertemu dengan teman-teman	0.342
Saya merasa lebih rileks saat mengerjakan skripsi bersama teman	0.728

Bercerita kepada teman membuat saya kembali semangat menyelesaikan skripsi	0.518
Teman saya bersedia mendengarkan keluhan masalah yang saya alami terkait pengerjaan skripsi	0.801
Teman saya bersedia menemani saya ke perpustakaan untuk mencari referensi	0.503
Teman saya lebih memilih bermain daripada menemani saya	0.462
Teman saya menyemangati saat saya stress dengan skripsi saya	0.582
Teman memberi motivasi ketika saya mendapatkan revisian dari dosen	0.701
Teman saya mengatakan hal-hal positif yang membuat saya termotivasi mengerjakan skripsi	0.523
Teman-teman saya senang melihat progress saya dalam menyelesaikan skripsi	0.642
.Teman saya mengapresiasi ketika saya menyelesaikan kesulitan yang saya alami selama skripsi sehingga saya lebih semangat	0.595
Teman saya memberikan pujian dalam tiap proses skripsi saya sehingga saya lebih semangat	0.681
Teman saya mengejek saat saya melakukan kesalahan saat mengerjakan skripsi	0.538
Teman saya mengatakan keren untuk memuji ketika saya berhasil menyelesaikan revisi dari dosen	0.580
Teman saya memberikan saran ketika saya bingung dengan revisi dari dosen	0.591
Ketika kehilangan fokus teman saya memberikan ide	0.700
Teman saya membantu mengecek penulisan skripsi saya	0.574
Teman saya menawarkan diri membantu saya dalam mengerjakan dan menyelesaikan skripsi	0.727
Teman saya bersikap cuek ketika saya butuh bantuan untuk mengecek skripsi saya	0.646
Teman saya bersedia menemani saya bimbingan	0.600
Teman saya memberikan jurnal yang sesuai skripsi saya untuk referensi	0.646
Teman saya bersedia membagi waktunya untuk membantu saya dalam menyelesaikan tugas	0.744
Teman saya meluangkan waktunya ke perpustakaan untuk menemani saya mengerjakan skripsi	0.580
Teman saya enggan meluangkan waktunya untuk membantu saya	0.462
Teman saya memberikan saran ketika saya mengabaikan skripsi saya	0.788
Teman saya mengingatkan untuk menyicil skripsi dahulu sebelum pergi bermain	0.589
Teman saya tidak peduli ketika saya meminta pendapatnya	0.604
Teman saya mengingatkan agar saya tidak menyalahkan diri sendiri ketika kesulitan menyelesaikan skripsi	0.667
Teman saya bersedia memberikan petunjuk ketika saya bingung terkait revisi yang saya dapatkan	0.446
Teman saya memberikan informasi yang berkaitan dengan skripsi	0.651
Teman saya mengabaikan saya ketika dia melihat penulisan skripsi saya salah	0.566
Teman saya berbagi informasi tata penulisan skripsi	0.614
Teman saya menghabiskan waktu bersama saya untuk mengangsur menyelesaikan skripsi saya	0.575

Teman saya sering mengajak <i>hangout</i> daripada mengerjakan skripsi	0.313
Teman saya sering mengajak saya untuk menyelesaikan tugas bersama	0.726

Hasil ini menunjukkan bahwa instrumen yang digunakan layak secara psikometris. Validitas butir yang memadai serta reliabilitas tinggi memberikan dasar kuat bahwa skala dapat mengukur variabel secara konsisten dan akurat.

## HASIL PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik mahasiswa Universitas Islam Riau yang sedang menyusun skripsi. Data dianalisis menggunakan uji korelasi Spearman dengan bantuan program SPSS.

**Tabel 4: Hasil Uji Hipotesis**

				Resiliensi Akademik	Dukungan Sosial Teman Sebaya
<i>Spearman's rho</i>	Resiliensi Akademik	Koefisien Korelasi	1.000	.731	
		Sig. (2-tailed)	.000		
	Dukungan Sosial Teman Sebaya	Koefisien Korelasi	.731	1.000	
		Sig. (2-tailed)		.000	

Nilai koefisien korelasi sebesar 0,731 dengan nilai signifikansi  $p = 0,000$  menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dan resiliensi akademik. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh mahasiswa dari teman sebayanya, semakin kuat pula resiliensi akademik yang dimiliki.

Selain itu, dilakukan pula uji linearitas untuk memastikan hubungan antara variabel dukungan sosial teman sebaya dan resiliensi akademik bersifat linear. Analisis linearitas dilakukan menggunakan

uji *ANOVA Table for Linearity* pada program SPSS.

Hasil analisis menunjukkan bahwa hubungan kedua variabel memiliki nilai  $F = 595,7$  dengan signifikansi  $p = 0,000$  ( $< 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan linear yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dan resiliensi akademik. Dengan kata lain, semakin tinggi dukungan sosial yang diterima mahasiswa dari teman sebaya, maka semakin tinggi pula tingkat resiliensi akademiknya, dan pola hubungan ini berlangsung secara linear.

**Tabel 5: Hasil Uji Linearitas**

Variabel	F	Signifikan	Keterangan
Resiliensi Akademik dan Dukungan Sosial Teman Sebaya	595.7	.000	Linear

Keberadaan linearitas ini memperkuat hasil uji korelasi yang telah dilakukan, serta memberikan jaminan bahwa hubungan yang ditemukan bukan bersifat acak atau non-linear. Oleh karena itu, analisis lebih lanjut dapat dilakukan dengan keyakinan bahwa asumsi linearitas terpenuhi.

Selain analisis utama, hasil deskriptif menunjukkan bahwa rata-rata skor resiliensi akademik mahasiswa Fakultas Hukum relatif lebih tinggi dibandingkan Fakultas Ilmu Komunikasi dan Fakultas Pertanian. Hal ini dapat dipengaruhi oleh pola bimbingan akademik, tradisi belajar, maupun interaksi sosial di masing-masing fakultas. Namun secara keseluruhan,

hubungan positif antara kedua variabel konsisten pada semua fakultas.

Analisis lebih lanjut memperlihatkan bahwa dukungan teman sebaya merupakan dimensi yang paling dominan memengaruhi resiliensi mahasiswa. Mahasiswa yang merasa diperhatikan, dipahami, dan didukung secara emosional lebih mampu mengelola stres dan mempertahankan motivasi. Sebaliknya, dukungan instrumental lebih banyak membantu mahasiswa pada aspek teknis, seperti mencari referensi, berbagi fasilitas, atau membantu proses pengumpulan data.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini mendukung teori yang menyatakan bahwa dukungan sosial berperan penting dalam menjaga kesejahteraan psikologis dan ketahanan individu (Sarafino & Smith, 2014). Mahasiswa yang mendapatkan dukungan dari teman sebaya memiliki rasa percaya diri lebih tinggi, motivasi lebih kuat, serta strategi adaptif yang lebih baik dalam menghadapi tantangan skripsi.

Temuan ini juga konsisten dengan Cassidy (2016) yang menekankan bahwa resiliensi akademik dipengaruhi oleh faktor eksternal, termasuk dukungan sosial. Mahasiswa dengan jaringan pertemanan yang suportif mampu lebih gigih dan fleksibel dalam menghadapi hambatan akademik.

Penelitian terdahulu mendukung hasil ini. Jowkar et al. (2014) menemukan bahwa dukungan sosial berhubungan erat dengan strategi belajar yang adaptif, yang pada gilirannya meningkatkan pencapaian akademik. Bacchi dan Licinio (2017) menegaskan bahwa resiliensi dapat mengurangi distress psikologis, sehingga mahasiswa dengan dukungan sosial yang baik cenderung lebih sehat secara mental. Selain itu, Wilks (2008) menyatakan bahwa mahasiswa dengan dukungan sosial tinggi memiliki tingkat resiliensi yang lebih baik dalam menghadapi stres akademik.

Jika dilihat dari perspektif ekologi sosial, hasil ini juga sesuai dengan pandangan Ungar (2011) yang menyebutkan bahwa resiliensi tidak hanya ditentukan oleh faktor internal, tetapi juga dipengaruhi oleh

konteks sosial. Dukungan teman sebaya yang terwujud dalam bentuk empati, motivasi, dan kebersamaan memberikan "jaring pengaman" psikologis bagi mahasiswa.

Dalam konteks budaya Indonesia yang bercorak kolektif, dukungan sosial memiliki makna yang lebih mendalam. Mahasiswa cenderung membentuk kelompok belajar, komunitas diskusi, maupun organisasi kampus yang berfungsi bukan hanya untuk kepentingan akademik, tetapi juga untuk memberikan dukungan moral dan emosional. Kebersamaan ini menciptakan rasa memiliki (sense of belonging) yang memperkuat daya tahan mahasiswa menghadapi tekanan skripsi.

Keterlibatan mahasiswa dalam organisasi dan kegiatan sosial kampus juga memberikan kontribusi terhadap terbentuknya resiliensi. Aktivitas tersebut meningkatkan rasa solidaritas, memperluas jaringan pertemanan, dan menyediakan sumber dukungan tambahan. Dukungan semacam ini membuat mahasiswa merasa tidak sendirian dalam menghadapi kesulitan akademik, sehingga mereka lebih mampu mengatur emosi dan menjaga motivasi belajar.

Selain dukungan tatap muka, bentuk dukungan sosial saat ini juga hadir melalui media digital. Mahasiswa saling berbagi pengalaman, tips penyusunan skripsi, bahkan saling menyemangati melalui grup daring atau media sosial. Dukungan virtual ini menambah variasi bentuk dukungan sosial yang dapat diakses mahasiswa, sehingga memperkuat resiliensi mereka dalam menghadapi tantangan akademik.

Dengan demikian, hasil penelitian ini memperkuat pandangan bahwa dukungan sosial teman sebaya merupakan salah satu faktor eksternal penting dalam membangun resiliensi akademik. Dukungan ini berperan sebagai buffer terhadap stres, sekaligus menciptakan iklim akademik yang kondusif.

## KESIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik mahasiswa Universitas Islam Riau yang

sedang menyelesaikan skripsi. Berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan uji korelasi Spearman, diperoleh temuan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kedua variabel. Semakin tinggi dukungan sosial yang diterima mahasiswa dari teman sebaya, semakin kuat pula resiliensi akademik yang mereka miliki.

Hasil ini menegaskan bahwa dukungan teman sebaya memiliki peran penting dalam membantu mahasiswa menghadapi tantangan akademik. Dukungan emosional berupa empati dan kepedulian, dukungan penghargaan berupa motivasi dan pengakuan, dukungan instrumental berupa bantuan nyata, serta dukungan informasional berupa nasihat dan saran, semuanya berkontribusi terhadap penguatan daya tahan mahasiswa. Dengan adanya dukungan tersebut, mahasiswa lebih mampu mengelola stres, menjaga motivasi, serta menyelesaikan skripsi dengan lebih baik.

Secara teoretis, penelitian ini memperkaya literatur mengenai faktor-faktor yang memengaruhi resiliensi akademik. Temuan ini konsisten dengan teori resiliensi yang menyatakan bahwa ketahanan individu tidak hanya ditentukan oleh faktor internal, tetapi juga dipengaruhi oleh konteks sosial yang melingkupinya (Ungar, 2011). Dukungan sosial teman sebaya dapat dipandang sebagai salah satu aspek penting dari ekologi sosial yang memperkuat resiliensi mahasiswa.

Secara praktis, implikasi penelitian ini adalah perlunya pihak universitas untuk memfasilitasi terbentuknya lingkungan sosial mahasiswa yang suportif. Kegiatan seperti kelompok belajar, forum diskusi, mentoring antar mahasiswa, dan komunitas akademik dapat menjadi sarana efektif untuk memperkuat dukungan sosial. Dengan cara ini, mahasiswa dapat merasa lebih terhubung, termotivasi, dan memiliki keyakinan diri yang lebih kuat dalam menghadapi tuntutan akademik.

Penelitian ini memiliki keterbatasan, di antaranya penggunaan desain korelasional yang tidak memungkinkan untuk menegaskan hubungan sebab-akibat secara langsung. Selain itu, penelitian dilakukan hanya pada satu universitas,

sehingga generalisasi hasil ke konteks universitas lain perlu dilakukan dengan hati-hati. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan untuk menggunakan desain longitudinal atau eksperimen, serta memperluas sampel pada berbagai universitas agar hasil penelitian lebih komprehensif.

Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan gambaran yang jelas bahwa dukungan sosial teman sebaya merupakan salah satu faktor penting yang mendukung resiliensi akademik mahasiswa. Dengan memperkuat hubungan sosial di antara mahasiswa, maka potensi keberhasilan mereka dalam menyelesaikan skripsi dapat ditingkatkan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bacchi, S., & Licinio, J. (2017). *Resilience and psychological distress in psychology and medical students. Academic Psychiatry*, 41(2), 185–188. <https://doi.org/10.1007/s40596-016-0488-5>
- Cahyani, I., & Akmal, S. Z. (2017). *Faktor penyebab kesulitan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. Jurnal Pendidikan*, 18(1), 45–56.
- Cassidy, S. (2016). *The Academic Resilience Scale (ARS-30): A new multidimensional construct measure. Frontiers in Psychology*, 7, 1787. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01787>
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). *Stress, social support, and the buffering hypothesis. Psychological Bulletin*, 98(2), 310–357. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310>
- Dewi, A. P., & Indrawati, E. S. (2019). *Hubungan dukungan sosial dengan resiliensi akademik mahasiswa. Jurnal Psikologi Pendidikan*, 8(2), 101–112.
- House, J. S. (1981). *Work stress and social support. Addison-Wesley*.
- Jowkar, B., Kojuri, J., Kohoulat, N., & Hayat, A. A. (2014). *Academic resilience in education: The role of achievement goal orientations. Journal of Advances in Medical Education & Professionalism*, 2(1), 33–38.

- Malecki, C. K., & Demaray, M. K. (2003). *What type of support do they need? Investigating student adjustment as related to emotional, informational, appraisal, and instrumental support.* *School Psychology Quarterly*, 18(3), 231–252.  
<https://doi.org/10.1521/scpq.18.3.231.22576>
- Masten, A. S. (2001). *Ordinary magic: Resilience processes in development.* *American Psychologist*, 56(3), 227–238.  
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.227>
- Reivich, K., & Shatté, A. (2002). *The resilience factor: 7 keys to finding your inner strength and overcoming life's hurdles.* Broadway Books.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions (8th ed.).* Wiley.
- Sari, D. P. (2020). *Peran kelompok belajar dalam mengurangi stres akademik mahasiswa.* *Jurnal Konseling dan Psikoedukasi*, 5(1), 55–63.
- Ungar, M. (2011). *The social ecology of resilience: Addressing contextual and cultural ambiguity of a nascent construct.* *American Journal of Orthopsychiatry*, 81(1), 1–17.  
<https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.2010.01067.x>
- Wilks, S. E. (2008). *Resilience amid academic stress: The moderating impact of social support among social work students.* *Advances in Social Work*, 9(2), 106–125.
- Wiza, Y., Putri, D., & Hamid, A. (2018). *Analisis hambatan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi.* *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 20(2), 112–122.