

Survei Resiliensi Akademik Siswa Ditinjau dari Dukungan Sosial

Nur Khasanah¹ Tri Umari² Khairiyah Khadijah³

Program Studi Bimbingan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Riau, Kota Pekanbaru, Provinsi Riau, Indonesia^{1,2,3}

Email: nur.khasanah0576@student.unri.ac.id¹ tri.umari@lecturer.unri.ac.id²
khairiyah.khadijah@lecturer.unri.ac.id³

Abstrak

Resiliensi akademik merupakan kemampuan ketahanan diri individu untuk tetap bertahan dalam menyelesaikan pendidikan meskipun pada situasi yang sulit. Untuk mempertahankan supaya memiliki resiliensi akademik yang stabil maka, dibutuhkanlah dukungan sosial. Dukungan sosial merupakan suatu interaksi atau umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa individu dihargai, dicintai, dihormati, disayangi, dan dilibatkan dalam komunikasi dengan yang lainnya. Dukungan sosial pada penelitian ini berasal dari keluarga, karena keluarga merupakan orang utama dan pertama yang dekat dengan individu. Sikap keluarga yang dapat menjadi prediktor baiknya resiliensi akademik siswa adalah arahan dari keluarga, dukungan, dan kesempatan keterlibatan orang tua bagi siswa yang berisiko. Dukungan sosial memegang peranan penting dalam meningkatkan resiliensi akademik. Penelitian dengan judul survei resiliensi akademik ditinjau dari dukungan sosial, bertujuan untuk mengetahui tingkat resiliensi akademik siswa dan tingkat dukungan sosial siswa serta tingkat resiliensi akademik siswa ditinjau dari dukungan sosial. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif deskriptif dan *match* kualitatif dengan metode survei. Populasi penelitian ini yaitu siswa kelas XI yang berasal dari jurusan yang berbeda-beda, dengan jumlah subjek sebanyak 342 dari populasi tersebut diambil 5% sehingga jumlah sampelnya adalah 184 siswa. Kemudian di *match* kan dengan penelitian kualitatif berupa wawancara kepada guru bimbingan dan konseling mengenai implikasi terhadap bimbingan dan konseling disekolah. Adapun pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran skala resiliensi akademik dan skala dukungan sosial, selanjutnya dianalisis dengan menggunakan bantuan program *SPSS Versi 25 for Windows*.

Kata Kunci: Resiliensi Akademik, Dukungan Sosial



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).

PENDAHULUAN

Dikutip dari kompasiana.com saat ini pendidikan di Indonesia diatur melalui Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang pendidikan Nasional. Pendidikan di Indonesia terbagi menjadi tiga yaitu formal, non formal dan informal. Sistem pendidikan Nasional bertujuan untuk membina karakter positif, memberikan pengetahuan akademik, dan membentuk keterampilan siswa sejak dini. Akan tetapi, di Indonesia masih banyak kekurangan dalam segi pendidikan, seperti permasalahan pendidikan dalam kegunaan kurikulum yang berganti-ganti. Padahal kurikulum memiliki peran sebagai rencana, dan peraturan mengenai isi dan bahan ajar dalam penyelenggaraan pedoman pendidikan yang baik. Seperti yang kita ketahui sekarang ini, banyak pendidik yang merasakan kesulitan dalam memberikan pembelajaran kepada siswa jika kurikulum yang menjadi pedoman pendidikan selalu berganti-ganti. Selain itu, siswa juga ikut merasakan kesulitan dalam menyelesaikan tugas akademik yang dimulai dari tugas-tugas yang diberikan dari guru mata pelajaran ataupun sekolah, dan ujian-ujian sekolah kurang dipahami, karena kurikulum yang tidak pasti. Selain itu, tugas ekstrakurikuler yang harus dikerjakan setiap minggunya.

Fenomena yang banyak ditemui pada masa sekarang ini, masih banyak dijumpai individu baik laki-laki ataupun perempuan dikelas XI yang mengalami kesulitan dalam mengatasi tugas

akademik, karena tekanan atau tuntutan disetiap semester diantaranya adalah jadwal sekolah yang terlalu padat karena sekolah tersebut menerapkan sistem belajar *full day*, praktek lapangan yang disertai tugas yang banyak, nilai belajar dan ujian yang tidak sesuai dengan harapan, kegiatan organisasi disekolah hingga kegiatan ekstrakurikuler. Hal tersebut menunjukkan bahwa siswa dikelas XI mengalami berbagai tekanan atau tuntutan untuk dapat menyelesaikan pendidikan dalam jangka waktu yang sudah ditetapkan. Oleh karena itu, dibutuhkan resiliensi akademik atau kemampuan siswa dalam proses pembelajaran agar siswa bisa menerima dan mengatasi proses pembelajaran yang sulit. Proses resiliensi akademik bersifat dinamis, dimana individu menunjukkan perilaku adaptif saat menghadapi masalah, mengembangkan kemampuan untuk mengatasi peristiwa yang tidak menguntungkan, dan memperoleh keterampilan baru melalui proses menghadapi tantangan dan kesulitan dalam konteks akademik (Rojas dalam Surya & Amiarti, 2023). Karena banyaknya kondisi sulit yang tidak menyenangkan selama dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik.

Siswa yang memiliki resiliensi akademik ialah siswa yang dapat mengatasi dengan baik setiap menghadapi kondisi seperti *setback*, *challenge*, *adversity*, dan *pressure* dalam lingkungan akademik (Martin dan Marsh dalam Nashori & Saputro, 2021). Menurut Beri dan Kumar dalam Nashori & Saputro (2021), menyatakan bahwa faktor internal yang mempengaruhi resiliensi akademik adalah kemampuan yang berasal dari dalam diri individu untuk tetap bertahan terhadap proses dan memahami serta mengelola stres selama menghadapi kondisi yang sulit. Sedangkan faktor eksternal yang memegang peran yang penting dalam resiliensi akademik adalah dukungan sosial. Dukungan sosial yang dibutuhkan oleh siswa dalam meraih prestasi akademik adalah berasal dari keluarga, teman sebaya, masyarakat, dan sekolah. Akan tetapi dalam penelitian ini yang akan diteliti adalah dukungan keluarga. Keluarga menjadi faktor perlindungan dalam resiliensi akademik siswa (Nashori dan Saputro, 2021). Sikap keluarga yang dapat menjadi prediktor baiknya resiliensi akademik siswa adalah petunjuk dari keluarga, dukungan dan dorongan dari keluarga, dan keterlibatan orang tua terhadap siswa yang bermasalah (Rojas dalam Nashori dan Saputro, 2021). Selain itu, dukungan dari keluarga dapat menciptakan suasana nyaman dan aman, sehingga dapat menimbulkan rasa percaya diri dan motivasi siswa dalam proses belajar sehingga dapat menyelesaikan tugas-tugas akademik. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat resiliensi akademik siswa, untuk mengetahui tingkat dukungan sosial siswa, untuk mengetahui tingkat resiliensi akademik siswa ditinjau dari dukungan sosial, untuk mengetahui skor resiliensi akademik siswa per indikator, untuk mengetahui skor dukungan sosial siswa per indikator, serta untuk mengetahui implikasinya terhadap bimbingan dan konseling disekolah.

Menurut Synder & Lopez dalam Nashori & Saputro, (2021) mengungkapkan bahwa resiliensi merupakan adaptasi yang baik ketika individu berada dibawah kondisi yang merugikan atau tidak menyenangkan. Resiliensi adalah kebangkitan dari keterpurukan yang dialami individu, resiliensi dibutuhkan oleh individu agar dapat menghadapi berbagai kecemasan yang disebabkan oleh stres dalam hidupnya. Resiliensi yang dibutuhkan siswa adalah resiliensi akademik, karena semakin tinggi jenjang pendidikan yang dihadapi maka semakin berat tugas-tugas yang harus diselesaikan oleh siswa. Resiliensi akademik adalah kemampuan siswa dalam menghadapi kejatuhan, tantangan, kesulitan, dan tekanan secara efektif dalam konteks akademik (Martin dan Marsh dalam Nashori & Saputro, 2021). Resiliensi akademik merupakan daya lentur siswa dalam menghadapi proses akademik meskipun pada situasi yang sulit. Menurut Martin dan Marsh dalam Nashori & Saputro (2021), menyatakan bahwa resiliensi akademik terdiri dari 4 aspek yaitu *Confidence* (keyakinan dan kepercayaan siswa terhadap kemampuan yang dimiliki), *control* (kemampuan siswa dalam mengendalikan kemampuan yang dimiliki untuk menyelesaikan tanggung jawab akademik atau situasi yang

menekan), *composure* (kecemasan yang berkaitan dalam proses dengan akademik), komitmen (kemampuan siswa untuk terus berusaha menyelesaikan tugas atau tanggung jawab akademik dan memahami sebuah masalah meskipun menemui kesulitan dan penuh tekanan).

Dukungan sosial menurut Sarafino dalam Nashori & Saputro (2021), dukungan sosial adalah keberadaan, kesediaan, kepedulian dari orang lain yang dapat diandalkan. Selain itu, dukungan sosial merupakan dukungan dan bantuan dari orang sekitar ketika individu sedang mengalami kesulitan baik itu permasalahan kehidupan sehari-hari maupun permasalahan akademik. Menurut Nashori & Saputro (2021) yang memegang peranan penting dalam kuatnya resiliensi akademik adalah dukungan sosial. Keluarga sebagai sumber dukungan sosial yang dapat menjadi faktor kunci dalam pemulihan keadaan yang sulit (Swarjana, 2022). Menurut Sarafino dalam Nashori & Saputro (2021), dukungan sosial memiliki 4 aspek, yaitu dukungan emosional (dukungan yang melibatkan rasa empati serta atensi yang diterima individu sehingga membuat individu merasa aman, dicintai, serta diperhatikan), dukungan penghargaan (dukungan dengan mengaitkan ungkapan persetujuan serta positif menilai ide, performa, dan perasaan orang lain), dukungan instrumental (dukungan yang berbentuk dorongan finansial atau dorongan dalam mengerjakan tugas tertentu), dan dukungan informasi (dukungan yang berbentuk anjuran, saran, nasihat serta pengarahan terkait dengan cara menyelesaikan masalah dengan baik).

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif deskriptif dan *match* kualitatif (Sugiyono, 2021). Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme (Sugiyono, 2010). Penelitian kuantitatif digunakan untuk meneliti populasi dan sampel. Pada penelitian kuantitatif deskriptif ini menggunakan penelitian dengan metode survei, melalui penyebaran skala resiliensi akademik dan skala dukungan sosial dengan skala likert, kemudian di *match* kan dengan penelitian kualitatif berupa wawancara. Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, dan juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam dan jumlah respondennya sedikit atau kecil (Sugiyono, 2019).

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu siswa kelas XI di SMAN 6 Pekanbaru dengan jumlah 342 orang. Adapun teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah simple random sampling yaitu teknik pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu (Sugiyono, 2019). Penentuan jumlah sampel dapat dilakukan dengan cara perhitungan statistik yaitu dengan memakai rumus slovin, untuk menentukan ukuran sampel minimal (n) dari populasi yang telah diketahui jumlahnya, dengan tingkat kesalahan sampel yang digunakan dalam penentuan sampel adalah 5% (Sugiyono, 2019). Maka diperoleh hasil sampel penelitian dengan jumlah 184 siswa.

Metode pengumpulan data menggunakan skala resiliensi akademik dan skala dukungan sosial dengan menggunakan *google form* yang disebarikan kepada siswa, serta wawancara kepada guru bimbingan dan konseling untuk memperoleh informasi yang akurat mengenai resiliensi akademik siswa yang ditinjau dari dukungan sosial. Instrumen penelitian menggunakan skala likert dengan alternatif jawaban “selalu”, “sering”, “kadang-kadang”, “tidak pernah”. Teknik analisis data yang digunakan ialah analisis deskriptif, menurut Sugiyono (2013) analisis deskriptif adalah analisis data dengan cara mendeskripsikan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi. Analisis presentase, digunakan setelah menentukan norma kategorisasi dan mengetahui jumlah individu yang ada didalam suatu kategori tersebut dan analisis tabel kontingensi merupakan suatu metode statistik yang menggambarkan dua atau

lebih variabel secara bersamaan dan hasilnya ditampilkan dalam bentuk tabel dengan jumlah kategori yang terbatas (Supangat, 2007).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian diuraikan berdasarkan tujuan penelitian, yaitu tingkat resiliensi akademik siswa, tingkat dukungan sosial siswa, tingkat resiliensi akademik siswa ditinjau dari dukungan sosial, skor resiliensi akademik siswa per indikator, skor dukungan sosial per indikator, dan implikasinya terhadap bimbingan dan konseling disekolah.

Tabel 1. Tingkat Resiliensi Akademik Siswa

No.	Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Presentase
1.	Kuat	142 - 188	93	51 %
2.	Sedang	95 - 141	91	49 %
3.	Lemah	47 - 94	0	0 %
Jumlah			184	100 %

Berdasarkan tabel diatas, 51% siswa masuk dalam kategori kuat dengan frekuensi 93 orang, 49% siswa masuk dalam kategori sedang dengan frekuensi 91 orang, dan 0% siswa masuk dalam kategori lemah dengan frekuensi 0 orang. Hal ini menunjukkan bahwa berdasarkan temuan tersebut, total tingkat resiliensi akademik siswa secara umum berada pada kategori kuat. Artinya jika resiliensi akademik kuat maka siswa tersebut mampu dalam menghadapi kesulitan akademik meskipun dalam kondisi yang sulit.

Tabel 2. Tingkat Dukungan Sosial Siswa

No.	Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Presentase
1.	Tinggi	97 - 128	127	69 %
2.	Sedang	65 -96	51	28 %
3.	Rendah	32 - 64	6	3%
Jumlah			184	100 %

Berdasarkan tabel diatas, 69% siswa masuk dalam kategori tinggi dengan frekuensi 127 orang, 28% siswa masuk dalam kategori sedang dengan frekuensi 51 orang, dan 3% siswa masuk dalam kategori rendah dengan frekuensi 6 orang. Hal ini menunjukkan bahwa berdasarkan temuan tersebut, total tingkat dukungan sosial siswa secara umum berada pada kategori tinggi. Artinya jika dukungan sosial yang dihasilkan tinggi, maka siswa tersebut memiliki motivasi dan merasakan rasa nyaman dalam belajar. Sehingga ia mampu menyelesaikan permasalahan akademik.

Tabel 3. Tingkat Resiliensi Akademik Siswa Ditinjau Dari Dukungan Sosial

Dukungan Sosial	Resiliensi Akademik		
	Kuat	Sedang	Lemah
Tinggi	74 (40,2%)	53 (28,8%)	-
Sedang	17 (9,23%)	34 (18,4%)	-
Rendah	2 (1,08%)	4 (2,1%)	-

Berdasarkan tabel diatas dapat dijelaskan bahwa siswa dengan dukungan sosial tinggi resiliensi akademik kuat berjumlah 74 dengan presentase 40,2%, siswa dengan dukungan sosial tinggi resiliensi akademik sedang berjumlah 53 dengan presentase 28,8%, siswa dengan dukungan sosial sedang resiliensi akademik kuat berjumlah 17 dengan presentase 9,23%, siswa dengan dukungan sosial sedang resiliensi akademik sedang berjumlah 34 dengan presentase 18,4%, siswa dengan dukungan sosial rendah resiliensi akademik kuat berjumlah 2

dengan presentase 1,08%, siswa dengan dukungan sosial rendah resiliensi akademik sedang berjumlah 4 dengan presentase 2,1%. Sehingga dapat dijelaskan bahwa jumlah terbesar yang dihasilkan dari tabel kontigensi ialah 74 yang artinya dukungan sosial tinggi, resiliensi akademik kuat.

Tabel 4. Skor Resiliensi Akademik Siswa Per Indikator

No.	Aspek	Indikator	Skor
1.	<i>Confidence</i>	Percaya dan yakin terhadap kemampuan dirinya dalam menyelesaikan tugas sekolah.	2.109
		Optimis terhadap tantangan dan kesulitan yang dihadapi.	2.369
		Mengarahkan upaya terbaik yang dimiliki dalam menyelesaikan tugas-tugas sekolah.	2.308
2.	<i>Control</i>	Memiliki kesadaran akan tujuan yang hendak dicapai disekolah.	2.315
		Memiliki keyakinan bahwa setiap siswa dapat berkembang dan meningkatkan prestasinya.	2.285
		Memiliki kesadaran tentang apa yang harus dilakukan sebagai siswa dilingkungan sekolah.	2.108
3.	<i>Composure</i>	Memiliki pandangan yang luas mengenai makna kegagalan.	2.276
		Mampu bersikap tenang namun tetap yakin pada kemampuan diri sendiri dalam mengerjakan tugas sekolah atau ujian sekolah.	2.022
		Memiliki banyak alternative kegiatan atau hal yang dapat dilakukan untuk mengurangi rasa gugup atau khawatir tidak dapat mengerjakan tugas-tugas sekolah dengan baik.	
4.	Komitmen	Memiliki kemampuan untuk terus berusaha menyelesaikan tugas atau tanggung jawab akademik.	2.245
		Memiliki komitmen dalam mencapai tujuan yang hendak dicapai disekolah.	2.296
		Memahami sebuah masalah meskipun menemui kesulitan dan penuh tekanan.	1.506

Dari tabel diatas menjelaskan bahwa skor resiliensi akademik per indikator yang paling tinggi sesuai dengan yang dialami siswa tersebut adalah indikator dari optimis terhadap tantangan dan kesulitan yang dihadapi, termasuk dalam aspek *confidence* dengan jumlah skor 2.369, yang artinya siswa tersebut memiliki sikap optimis yang tinggi terhadap tantangan dan kesulitan yang dihadapi. Dan yang terendah didapatkan dari aspek komitmen, pada indikator memahami sebuah masalah meskipun menemui kesulitan dan penuh tekanan.

Tabel 5. Skor Dukungan Sosial Siswa Per Indikator

No	Aspek	Indikator	Skor
1.	Dukungan Emosional	Memiliki rasa empati, dicintai, diperhatikan, dan afeksi.	4.660
2.	Dukungan Penghargaan	Ungkapan persetujuan, penilaian positif terhadap ide, performa, dan perasaan orang lain.	4.722
3.	Dukungan Instrumental	Membantu individu dalam bentuk finansial ataupun materi, serta dorongan dalam mengerjakan tugas tertentu.	5.022
4.	Dukungan Informasi	Pemberian anjuran, saran, nasihat serta pengarahan terkait dengan cara menyelesaikan masalah dengan baik.	4.777

Dari tabel diatas menyatakan bahwa skor dukungan sosial per indikator yang paling tinggi sesuai dengan yang dialami siswa tersebut adalah indikator dari membantu individu dalam bentuk finansial ataupun materi, serta dorongan dalam mengerjakan tugas tertentu, yang termasuk kedalam aspek dukungan instrumental dengan jumlah skor sebanyak 5.022, yang artinya siswa tersebut memiliki dukungan instrumental yang tinggi, orang tua yang membantu anaknya dalam mencari pinjaman buku pelajaran atau membelinya, orang tua memberitahu cara menyelesaikan tugasnya, orang tua selalu memberikan uang jajan dan keperluan sekolah. Sedangkan yang terendah adalah indikator dari memiliki rasa empati, dicintai, diperhatikan, dan afeksi masuk dalam dukungan emosional.

Implikasi Terhadap Bimbingan dan Konseling di Sekolah

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti saat penelitian kepada guru bimbingan dan konseling mengenai resiliensi akademik ditinjau dari dukungan sosial, diperoleh data bahwa guru bimbingan dan konseling disekolah tersebut melakukan layanan bimbingan kelompok, karena menurut guru bimbingan dan konseling menyatakan bahwa dengan melakukan layanan bimbingan kelompok ini agar setiap anggota kelompok mampu berbicara dan mampu mengeluarkan pendapat, ide atau saran, serta bimbingan kelompok ini lebih bersifat efektif dan efisien, karena kemungkinan secara bersama-sama siswa memperoleh informasi mengenai topik yang dibahas. Menurut guru bimbingan dan konseling setelah melaksanakan layanan bimbingan kelompok terdapat peningkatan seperti siswa yang tadinya mengalami stress dalam mengerjakan tugas akademik yang menumpuk setelah dilakukan layanan bimbingan kelompok, pemikiran siswa tersebut menjadi lebih terbuka sehingga mereka dapat menyelesaikan tugas akademik dengan baik dan tepat waktu meskipun banyaknya tekanan.

Bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok (Prayitno & Amti, 2009). Sedangkan menurut Gibson & Mitchell dalam Folastri dan Rangka (2016), menjelaskan bahwa istilah bimbingan kelompok mengacu pada aktivitas-aktivitas kelompok yang berfokus pada penyediaan informasi atau pengalaman melalui aktivitas kelompok yang terencana dan terorganisasi. Sehingga layanan bimbingan kelompok merupakan suatu kegiatan layanan yang dilakukan secara kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok sehingga anggota kelompok dapat mengembangkan potensi dan kemampuannya serta mendapatkan manfaat mengenai topik masalah yang dibahas. Selain itu, dengan memanfaatkan dinamika kelompok maka akan timbul dukungan sosial. Kelompok adalah bagian dari sosial, dengan bimbingan kelompok siswa juga mendapatkan ide dan masukan dari teman-temannya. Menurut Prayitno dalam Folastri & Rangka (2021) menyatakan bahwa tujuan bimbingan kelompok adalah untuk mencapai kepentingan diri sendiri yang akan menjadi pengalaman mereka dalam kelompok dan untuk mengembangkan kemampuan sosialisasi individu, khususnya kemampuan komunikasi sesama anggota kelompok serta pemecahan masalah pribadi yang mengganggu. keberhasilan dalam pelayanan dinamika kelompok akan berdampak pada bimbingan kelompok. Jadi sebagai guru bimbingan dan konseling atau pemimpin kelompok harus mampu membuat suasana dinamika kelompok menjadi aktif sehingga siswa dapat merasakan apa yang dirasakan oleh teman-teman yang merasa kesulitan dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik. Selanjutnya untuk mengenai dukungan sosial guru bimbingan dan konseling menghubungi orang tua siswa yang rendah dalam belajarnya untuk dilaksanakan konseling individu bersama siswa, dan orang tua, sehingga siswa merasa didukung oleh keluarganya sendiri. Dengan adanya dukungan yang penuh dari orang tua maka permasalahan kesulitan belajar siswa akan mudah diselesaikan dan akan meningkatkan resiliensi akademik siswa.

Pembahasan

Berdasarkan deskripsi hasil penelitian didapatkan bahwa tingkat resiliensi akademik siswa kelas XI berada pada kategori kuat. Siswa yang memiliki resiliensi akademik kuat dapat mengatasi masalah akademik dengan baik meskipun dalam situasi yang sulit. Sebagaimana penelitian Issac (2014) menyatakan bahwa individu yang memiliki resiliensi akademik kuat, maka mereka mampu menghadapi tantangan dengan baik, lebih proaktif dan berusaha mencari jalan keluar salah satunya dengan mencari dukungan sosial yang mereka butuhkan. Individu yang memiliki resiliensi akademiknya baik akan melihat sebuah tantangan dalam pembelajaran sebagai peluang untuk meningkatkan kompetensi dan keterampilan untuk menyelesaikan tekanan yang ada (Marettih dkk, 2022).

Pada tingkat resiliensi akademik siswa, indikator yang tertinggi didapatkan pada indikator optimis terhadap tantangan dan kesulitan yang dihadapi. Menurut Rikumahu dan Rahayu (2022) individu yang optimis memiliki kemampuan untuk selalu memperbaiki cara menghadapi dan menyelesaikan masalah. Menurut Molinero dkk (2018) siswa yang memiliki optimis mampu menghadapi penyebab stress dan menurunkan tingkat kecemasan sehingga mampu mencapai prestasi akademik yang lebih baik. Oleh sebab itu, siswa yang memiliki sikap optimis dapat meningkatkan resiliensi akademik dan mengatasi berbagai permasalahan tugas akademik. Selanjutnya tingkat dukungan sosial siswa kelas XI berada pada kategori tinggi. Hal ini sesuai dengan penelitian Rahma dan Rahayu (2018) menurut temuannya bahwa dukungan sosial keluarga masuk pada kategori tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa interaksi yang dilakukan oleh sesama keluarga dalam bentuk dukungan sosial seperti bantuan finansial, material maupun non material, kasih sayang, empati, mencintai, perhatian, ungkapan penilaian positif, pemberian anjuran, saran, nasihat dan informasi mampu membantu siswa dalam menyelesaikan masalah akademik. Kemudian penelitian menurut Putri (2021) menyatakan bahwa bagi individu yang mendapatkan dukungan sosial tinggi dapat membuat individu termotivasi serta dapat memberikan rasa nyaman dan aman dalam pembelajaran. Hal ini akan berefek terhadap resiliensi akademik siswa sehingga mereka bisa memajemen aktifitas dan cara belajar yang lebih efektif dan efisien untuk memperoleh hasil belajar yang maksimal. Menurut penelitian Lady (2021) mengatakan bahwa dukungan sosial dapat diandalkan oleh individu untuk menyelesaikan dan memaksimalkan akan tugas-tugas akademiknya sehingga dapat memegang peranan penting dalam resiliensi akademik yang dimiliki oleh individu.

Pada tingkat dukungan sosial siswa, indikator yang tertinggi adalah indikator membantu individu dalam bentuk finansial ataupun materi, serta dorongan dalam mengerjakan tugas tertentu. Hal ini sesuai dengan penelitian Afriansyah (2019) menyatakan bahwa dukungan instrumental yang diberikan oleh orang tua akan membantu siswa dalam menyelesaikan kesulitan akademik yang membuat stress dan merasa tidak sendiri dalam menyelesaikan tanggung jawab dan tugas akademik. Menurut Pratiwi dan Kumalasari (2021) menjelaskan bahwa dukungan instrumental dari orang tua memiliki kaitan yang positif dengan resiliensi akademik. Oleh karena itu, indikator membantu individu dalam bentuk finansial ataupun materi, serta dorongan dalam mengerjakan tugas tertentu yang berada pada dukungan instrumental tinggi, maka dapat membantu siswa dalam menyelesaikan masa-masa sulit dalam akademik. Selanjutnya berdasarkan hasil penelitian dengan menggunakan tabel kontigensi didapatkan bahwa tingkat resiliensi akademik ditinjau dari dukungan sosial memperoleh kategori kuat. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa hampir dari seluruh siswa kelas XI memiliki resiliensi akademik kuat dan dukungan sosial tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian Amalia (2024) menyatakan bahwa dukungan sosial memiliki kaitan yang positif dengan resiliensi akademik, maknanya semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi resiliensi akademik, begitu sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka semakin rendah juga resiliensi akademik. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Erwantoa dkk (2022) menyatakan bahwa dukungan sosial tinggi dan resiliensi akademiknya tinggi, hal ini membuktikan bahwa ada kaitan yang positif antara dukungan sosial terhadap resiliensi akademik. Hal ini terjadi disebabkan, karena faktor yang memegang peranan penting dalam tingginya resiliensi akademik adalah dukungan sosial. Hal ini sejalan dengan Nashori & Saputro (2021) menyatakan bahwa faktor eksternal yang memegang peranan penting dalam kuatnya resiliensi akademik siswa adalah dukungan sosial.

Selain itu, dengan adanya dukungan sosial maka seorang siswa akan bersemangat, merasa dicintai, merasa mendapatkan kasih sayang, dihargai, dipedulikan, terpenuhinya segala kebutuhan sekolah, merasa tidak berjuang sendiri dan merasa tidak terabaikan ketika

mengalami berbagai kesulitan dalam masalah akademik serta dalam menyelesaikan tuntutan akademik. Hal ini sejalan dengan penelitian Rifqoh (2022) menyatakan bahwa dengan adanya dukungan sosial maka akan lebih membangkitkan semangat dan merasa tidak berjuang sendiri dalam menghadapi stress akademik yang muncul, oleh sebab itu siswa dapat bertahan disituasi sulit apapun. Menurut Ramadhana dan Indrawati (2019) menyatakan bahwa individu yang memiliki resiliensi akademik tinggi mampu mengatasi tantangan dengan mengamati dan mengelola kesulitan pendidikan.

Bimbingan dan konseling merupakan proses pemberian bantuan yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling secara terus menerus kepada siswa, untuk mencegah atau mengatasi permasalahan yang muncul dengan berbagai potensi yang dimiliki, sehingga dapat mencapai perkembangan yang optimal dan dapat merencanakan masa depan yang lebih baik, serta dapat melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungannya dan mencapai kesejahteraan hidupnya, Harahap & Sumanto (2020). Selanjutnya guru bimbingan dan konseling memberikan dorongan kepada siswa untuk menghadapi berbagai permasalahan dan kesulitan dalam pembelajaran di sekolah. Apalagi pada masa banyaknya tugas yang diberikan oleh guru mata pelajaran, ujian-ujian sekolah dan tugas ekstrakurikuler, oleh sebab itu dibutuhkanlah resiliensi akademik atau kemampuan siswa dalam proses belajar. Dari hasil wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling layanan yang diterapkan di sekolah tersebut adalah layanan bimbingan kelompok. Hal ini sejalan dengan penelitian Nurul Fatimah (2021) meneliti tentang peran dukungan sosial terhadap resiliensi siswa belajar dari rumah serta implikasinya dalam bimbingan dan konseling di kelas VIII *full day* MTS Kualimin. Bimbingan konseling memiliki beberapa jenis layanan untuk memperkuat kemampuan siswa dalam belajar. Dalam penelitian yang dilakukan Nurul Fatimah layanan yang digunakan untuk mengarahkan perilaku siswa kelas VIII *full day* MTS Kualimin adalah layanan bimbingan kelompok. Telah diketahui bahwa aktivitas dalam dinamika kelompok diarahkan untuk memperbaiki dan mengembangkan pemahaman diri, pemahaman lingkungan, penyesuaian diri, serta pengembangan diri. Layanan bimbingan kelompok ini lebih efisien, karena kemungkinan siswa secara bersama-sama memperoleh berbagai macam informasi mengenai suatu topik tertentu dari narasumber (terutama guru bimbingan dan konseling) yang bermanfaat bagi kehidupan sehari-hari baik sebagai individu maupun sebagai pelajar dan masyarakat.

Menurut Elida P dalam Folastris (2016), manfaat layanan bimbingan kelompok antara lain memperoleh pemahaman tentang diri sendiri dan perkembangan identitas diri, meningkatkan penerimaan diri sendiri agar tercapai pemahaman baru tentang diri sendiri dan lingkungan sekitar, memahami kebutuhan dan permasalahan yang dirasakan secara bersama oleh anggota kelompok. Menurut guru bimbingan dan konseling setelah dilakukannya layanan bimbingan kelompok, siswa menjadi paham bahwa tugas-tugas akademik yang diberikan oleh guru mata pelajaran maupun sekolah harus diselesaikan dengan baik. Untuk meningkatkan kestabilan resiliensi akademik maka diperlukan dukungan sosial. Selain itu, guru bimbingan dan konseling memegang peranan penting dalam meningkatkan resiliensi akademik. Oleh sebab itu, guru bimbingan dan konseling melaksanakan layanan yakni layanan bimbingan kelompok dengan tujuan agar mereka bisa bertukar informasi mengenai kesulitan dalam belajar sehingga diperlukanlah resiliensi akademik dan dengan mendatangkan orang tua siswa ke sekolah untuk dilakukan konseling individu bersama dengan siswa yang rendah dalam belajarnya, maka kesulitan belajar siswa akan terselesaikan dengan mudah. Karena mendapatkan dukungan yang penuh dari orang tua. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Ilham & Jailani (2023), menyatakan bahwa dukungan yang penuh dari berbagai pihak sangat penting dalam proses konseling, oleh sebab itu kesulitan belajar yang dialami siswa akan mudah dikoordinasikan dan cepat mendapatkan bantuan penanganan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian, maka kesimpulan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Tingkat resiliensi akademik siswa kelas XI berada pada kategori kuat, baik berdasarkan aspek *confidence*, *control*, *composure*, dan komitmen.
2. Tingkat dukungan sosial kelas XI berada pada kategori tinggi, baik berdasarkan aspek dukungan emosional, penghargaan, instrumental, maupun informasi.
3. Tingkat resiliensi akademik siswa kelas XI ditinjau dari dukungan sosial berada pada kategori kuat. Artinya dukungan sosial memiliki peran penting terhadap kuatnya resiliensi akademik siswa.
4. Dilihat dari skor resiliensi akademik per indikator, skor yang tertinggi dari indikator skala resiliensi akademik ialah indikator optimis terhadap tantangan dan kesulitan yang dihadapi. Karena jika siswa memiliki sikap optimis maka akan memberikan dampak yang positif terhadap resiliensi akademik.
5. Dilihat dari skor dukungan sosial per indikator, skor yang tertinggi dihasilkan dari indikator membantu individu dalam bentuk finansial ataupun materi, serta dorongan dalam mengerjakan tugas tertentu. Sehingga siswa tersebut akan merasa terbantu dalam menyelesaikan tugas akademik meskipun dengan situasi yang sulit. Oleh karena itu, indikator dari aspek dukungan instrumental ini memiliki keterkaitan dengan resiliensi akademik.
6. Implikasi bimbingan dan konseling disekolah penelitian adalah menggunakan layanan bimbingan kelompok. Layanan bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang dilakukan dalam suatu kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok sehingga anggota kelompok dapat mengembangkan kemampuannya dan kemungkinan siswa secara bersama-sama memperoleh berbagai macam informasi mengenai suatu topik dari guru bimbingan dan konseling. Tahap selanjutnya menggunakan layanan konseling individu dengan mendatangkan orang tua siswa bersama siswa yang memiliki rendah dalam belajarnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriansyah. 2019. "Hubungan Antara Regulasi Diri dan Dukungan Sosial Teman Dengan Prokrastinasi dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sulthan Thaha Saifuddin Jambi". *Jurnal Pendidikan: Riset dan Konseptual*. 3, no. 2.
- Amalia. 2024. "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Resiliensi Akademik Pada Santri Akhir Pesantren Modern Az-zahrah". Skripsi, Program Studi Psikologi Universitas Malikussaleh Aceh Utara.
- Erwantoa, dkk. 2022. "Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Yang Menempuh Skripsi". *Jurnal Psikohumanika*. XIV, no. 2: 77-94.
- Fatimah, N. 2021. "Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Siswa Belajar Dari Rumah Serta Implikasinya Dalam Bimbingan Konseling". Skripsi. Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
- Folastri, S. & Rangka, I.,B. 2016. *Prosedur Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Bandung: Mujahid Press.
- Harahap, E., K & Sumanto. 2020. *Bimbingan Konseling*. Jambi: Pustaka Ma'arif Press. *Google Scholar*.
- Ilham, L & Jailani. 2023. "Konseling Individu Dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Siswa". *Jurnal Komunikasi dan konseling Islam*. III, no. 2.

- Isaacs, A.,J. 2014. "Gender Differences in Resilience of Academic Deans". *Journal of Research in Education*. 1, no. 24.
- Lady, Grace M. 2021. "How can I help? Investigating the Role of Social Supports in Academic Resilience for Undergraduate Students". *Senior Theses*. 429.
- Marettih, dkk. 2022. "Gambaran Resilensi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Masa Pandemi Covid-19". *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*. 3, no. 3:140-153.
- Marviyana, Nova. 2022. "Perkembangan Pendidikan di Era Sekarang". <https://www.kompasiana.com/novamarviyana8257/63a56c4408a8b531ac605d82/perkembangan-pendidikan-di-era-sekarang>, diakses pada 24 Juni 2024. Pukul 19.02.
- Molinero, R. G, dkk. 2018. "Optimism and resilience among university students". *International Journal of Development and Educational Psychology Revista INFAD de psicologia*, 1, no. 1: 147-154.
- Nashori, F & Saputro, I. 2021. *Psikologi Resiliensi*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.
- Pratiwi, Z, R., & Kumalasari, D. 2021. Dukungan Orang Dan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 13, no. 2: 138-147.
- Prayitno & Amti, E. 2009. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: RINEKA CIPTA.
- Putri, R, H, dkk. 2021. "Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Karyawan Yang Mengalami Phk Dimasa Pandemi Covid- 19". *Psychology Journal of Mental Health*. 3, no. 1.
- Rahma, U & Rahayu, E.,W. 2018. "Peran Dukungan Sosial Keluarga Dalam Membentuk Kematangan Karier Siswa SMP". *Jurnal Ilmu. Kel & Kons*. 11, no. 3: 194-205.
- Ramadhana, N., S. & Indrawati, E. 2019. "Kecerdasan Adversitas Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Resiliensi Akademik Siswa SMP X Jakarta Timur". *IKRAITH-HUMANIORA*. 3, no.2: 39-45.
- Rifqoh, F. 2022. "Resiliensi Akademik Pada Siswa Kelas VII dalam Mengikuti Pendidikan di Pesantren Ditinjau Dari Dukungan Sosial Teman Sebaya". In *Proceeding Annual Conference on Madrasah Teacher*. 5: 51-56.
- Rikumahu, M. C. E., & Rahayu, M. N. M. 2022. "Resiliensi akademik pada mahasiswa: Bagaimana kaitannya dengan optimisme selama masa pembelajaran daring". *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10, no. 3: 575-584.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan (Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi, R&D dan penelitian pendidikan)*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta. Google.
- Sugiyono. 2019. *Metode Penelitian Pendidikan (Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi, R&D dan Penelitian Tindakan)*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2021. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Supangat, Andi. 2007. *Statistika Dalam Kajian Deskriptif, Inferensi, dan Nonparametrik*. Prenadamedia Group: Jakarta.
- Surya, A, L, J & Armiati. 2023. "Analisis Faktor yang Mempengaruhi Resiliensi Akademik Mahasiswa saat Penyelesaian Skripsi". *Jurnal Ecogen*. 6, no. 4: 542-550.
- Swarjana, I Ketut. 2022. *Konsep pengetahuan, sikap, perilaku, persepsi, stress, kecemasan, nyeri, dukungan sosial, kepatuhan, motivasi, kepuasan, pandemic covid-19, akses layanan kesehatan*: ANDI (Anggota IKAPI).