

Pengaruh *Self-Esteem* terhadap Resiliensi Akademik pada Mahasiswa Kerja Skripsi di Kota Makassar

The Effect of Self-Esteem on Academic Resilience in Thesis Work Students in Makassar

Dian Nurul Hasmi*, Sitti Syawaliyah Gismin, Andi Muhammad Aditya
Fakultas Psikologi Universitas Bosowa
Email: diannurulhasmi21@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self esteem* terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa kerja skripsi di kota Makassar. Teknik pengambilan sampel menggunakan Teknik non probability sampling (sampling incidental). Pengumpulan data menggunakan skala resiliensi akademik dan skala self-esteem. Berdasarkan hasil analisis data SPSS 1.5 maka diketahui bahwa nilai signifikansi yang diperoleh $0.55,2 < 0.05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima, yaitu terdapat pengaruh Self Esteem terhadap Resiliensi Akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Kota Makassar.

Kata Kunci: Resiliensi Akademik, *Self-Esteem*, Mahasiswa.

Abstract

This study aims to determine the effect of self esteem on academic resilience in thesis work students in the city of Makassar. The sampling technique uses non-probability sampling (incidental sampling). Data were collected using academic resilience scales and self-esteem scales. Based on the results of SPSS 1.5 data analysis, it is known that the significance value obtained is $0.55.2 < 0.05$ so that it can be concluded that H_0 is rejected and H_1 is accepted, namely there is an influence of Self Esteem on Academic Resilience in students working on thesis in Makassar City.

Keywords: Academic resilience, Self Esteem, College Student.

PENDAHULUAN

Mahasiswa dikategorikan ke dalam masa dewasa awal yang dari tinjauan psikologi berada pada rentang usia 18-25 tahun. Salah satu ciri individu termasuk dalam masa dewasa awal adalah mampu bertanggung jawab terhadap tugas dan menerima konsekuensi dari tindakannya, serta memiliki kemandirian ekonomi. Pada masa dewasa awal ditandai dengan adanya perubahan identitas seperti dari siswa menjadi mahasiswa, dan pada tahap ini individu cenderung berfokus pada diri sendiri sehingga lebih berpeluang untuk mengatur kehidupannya, mengerjakan tugas, membedakan yang baik dan buruk, serta mampu berpikir logis, abstrak, dan idealis (Santrock, 2012). Salah satu tugas berat diakhir semester yaitu skripsi yang menjadi syarat sebelum dinyatakan lulus dari perguruan tinggi, mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi sering kali dihadapkan pada banyak masalah

Hambatan-hambatan dalam menyusun skripsi menjadi beban yang paling berat untuk mahasiswa tingkat akhir. Salah satu hambatan tersebut yaitu ketika melihat teman seangkatan atau mahasiswa telah lulus tepat waktu akan memunculkan perasaan negatif yang dapat menimbulkan stres, kehilangan motivasi, dan dapat menjadikan mahasiswa mengalami kecemasan seperti rasa malu dan penghinaan pada diri sendiri. Telah dibuktikan pada penelitian sebelumnya oleh (Sulistiyowati, 2016) terdapat mahasiswa dari Universitas Muhammadiyah Malang yaitu dari 280 mahasiswa, 148 mahasiswa diantaranya atau setengahnya mengalami stres ketika sedang mengerjakan tugas akhir yaitu skripsi. Jika mahasiswa tingkat akhir tidak dapat untuk beradaptasi dengan kesulitan-kesulitan yang ditemui pada semester akhir ia akan mudah mengalami stres maka diperlukan pemahaman akan diri sendiri dan kondisi yang dapat membantu ataupun mendukung seorang mahasiswa untuk bisa beradaptasi dalam situasi sulit yang disebut resiliensi (Reivich & Shatte, 2002). Mahasiswa melawan tekanan-tekanan di

semester akhir yaitu dengan cara menjadikan dirinya resiliens, jika tidak maka mahasiswa berada disituasi tertekan dan akan menjadi stres menghadapi masalah.

Dalam istilah psikologi, resiliensi akademik yaitu, kemampuan individu untuk segera pulih dari perubahan, atau kesulitan dalam bidang akademik. Kemampuan individu yang memiliki resiliens, mereka yang mampu mengontrol emosi, tingkah laku dalam menghadapi suatu permasalahan. Sejalan dengan (Helton & Smith 2004) yang menjelaskan resiliensi akademik adalah keahlian individu untuk bertahan, bangkit, serta menyesuaikan dirinya pada situasi sulit. Mahasiswa tingkat akhir dalam proses mengerjakan skripsi sering kali dihadapkan pada situasi sulit yang membutuhkan resiliensi akademik untuk mengelola situasi yang menekan tersebut.

Hal ini menunjukkan bahwa apabila *self-esteem* dari individu tersebut tinggi maka resiliensi akademik juga tinggi, dan begitupun sebaliknya. Individu yang memiliki *self-esteem* yang baik membantu individu tersebut dalam menghadapi keterpurukan (Resnick, Lisa & Karen, 2011). Sama halnya dengan penjelasan bahwa individu yang memiliki resiliensi yang tinggi diketahui memiliki penilaian yang lebih positif atas kejadian stres, diharapkan juga memiliki resiliensi yang tinggi (Reich et al, 2010).

Dari uraian beberapa literatur yang dipaparkan diatas bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi resiliensi akademik salah satunya yaitu keberhargaan diri (Self Esteem). Hasil wawancara yang dilakukan pada 11 mahasiswa akhir yang mengerjakan skripsi mengatakan bahwa ketika dihadapkan pada situasi yang tertekan maka faktor yang membuat responden tersebut mampu bertahan dalam hal resiliensi yakni penerimaan dan perlakuan orang lain terhadap dirinya seperti responden kedua, ketiga, dan ketujuh mengatakan bahwa faktor yang dimaksudkan yaitu, perhatian dari teman dan orang tua sehingga individu merasa disayangi dan membuat dirinya mampu menghadapi masalah yang dihadapi.

Resiliensi Akademik

Cassidy (2016) menjelaskan bahwa resiliensi sebagai salah satu karakteristik yang dapat memungkinkan individu untuk mencapai keberhasilan akademik. Resiliensi juga sebagai karakteristik dalam membedakan individu yang berhasil dan tidak berhasil. Dalam akademik, resiliensi ditandai dengan pelajar yang memiliki kemampuan membalikkan kegagalan dalam akademik serta dapat meraih keberhasilan meski hal lainnya berkinerja buruk. Selain itu, resiliensi akademik juga dapat dimaknakan sebagai kemampuan mahasiswa untk bertahan pada kondisi yang sulit (Martin & Marsh, 2006).

Riley & Masten (2005) mengungkapkan definisi resiliensi ialah hal yang mengacu pada sebuah pola adaptasi yang bersifat positif dalam menghadapi suatu kesulitan. Masten et al (1990) mengemukakan resiliensi sebagai sebuah proses dari kapasitas untuk atau hasil dari adaptasi yang sukses meskipun adanya situasi yang menantang atau mengancam. Martin & Marsch (2013) juga menjelaskan resiliensi akademik utamanya berkaitan dengan resiliensi dalam konteks pendidikan dan diartikan sebagai kapasitas untuk mengatasi kesulitan dalam pengembangan pendidikan pelajar dan mahasiswa. Kebalikannya individu yang mengalami kesulitan dalam mengontrol emosi dalam beradaptasi, sulit juga untuk menjalin suatu relasi dengan orang lain, serta mempertahankan hubungan yang selama ini telah terjalin dengan orang lain.

Self-Esteem

Rosenberg (1979) mengatakan bahwa, self esteem adalah evaluasi dari seseorang terhadap kualitas yang ada pada dirinya atau keberhargaan dirinya sebagai manusia. Self esteem adalah perasaan terhadap diri yang dimana contohnya yaitu, seperti perasaan bangga mempunyai gambaran positif terhadap diri atau melihat tentang dirinya sebagai manusia yang bernilai dan mengenali kesalahan-kesalahan yang ada pada dirinya (Schunk et.al., 2008). Santrock (2003) menjelaskan bahwa *self esteem* merupakan evaluatif yang menyeluruh dari diri seseorang dan juga disebut sebagai harga diri atau gambaran diri secara positif atau negatif.

Coopersmith (1967) juga menyatakan bahwa self esteem merupakan evaluasi yang dibuat oleh individu itu sendiri biasanya berhubungan dengan penghargaan terhadap dirinya sendiri, yang dimana hal inii mengekspresikan suatu sikap setuju atau tidak setuju dan menunjukkan dimana individu itu meyakini diri sendiri mampu, penting, berhasil dan berharga. Self esteem merupakan salah satu bagian kepribadian seseorang yang sangat penting untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

METODE PENELITIAN

Responden

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa akhir di Makassar yang sedang mengerjakan skripsi. Sampel dalam penelitian ini ditentukan berdasarkan tabel Isaac & Michael, dimana taraf signifikansi yang digunakan adalah 5%. Berdasarkan tabel tersebut maka jumlah sampel yang akan diambil datanya pada penelitian ini sebanyak 405 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan pendekatan *non probability sampling* melalui *teknik sampling insidental*. Adapun karakteristik sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif S1 di Kota Makassar yang berusia 18-25 tahun. Hasil demografi dari 405 responden menunjukkan bahwa responden yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 198 orang dan responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 205 orang.

Instrumen penelitian

Skala yang digunakan yaitu *The Academic Resilience Scale* (ARS-30) oleh Cassidy (2016) dan *Self Esteem Inventory* oleh Coppersmith (1991). Skala pada penelitian ini yaitu skala siap pakai. Namun sebelum disebarkan, peneliti melakukan validitas ulang dengan CFA dan didapatkan nilai reliabilitas sebesar 0.886. Namun pada skala yang diadaptasi oleh peneliti, terlebih dahulu dilakukan proses translasi, uji validitas, dan reliabilitas.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis regresi sederhana. Uji asumsi yang dilakukan adalah uji normalitas dan linearitas. Teknik analisis regresi sederhana digunakan karena penelitian ini melibatkan satu variabel dependen dan satu variabel independen.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Analisis Data

Berikut hasil analisis statistik deskriptif dari variabel-variabel penelitian dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 1. Kategorisasi Resiliensi Akademik

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Tinggi	9	2.1
Tinggi	167	39.2
Sedang	129	30.3
Rendah	64	15
Sangat Rendah	57	13.4

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa total responden berjumlah 426 mahasiswa dengan kategori sangat tinggi sebanyak 9 responden (2.1%), kategori tinggi sebanyak 167 responden (39.2%), kategori sedang terdapat 129 responden (30.3%), kategori rendah terdapat 64 responden (15%), dan kategori sangat rendah terdapat 57 responden (13.4%).

Tabel 2. Kategorisasi *Self-esteem*

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Tinggi	39	9.2
Tinggi	93	21.8
Sedang	148	34.7
Rendah	133	31.2
Sangat Rendah	13	3.1

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa total responden berjumlah 426 mahasiswa dengan kategori sangat tinggi sebanyak 39 responden (9.2%), kategori tinggi sebanyak 93 responden (21.8%), kategori sedang terdapat 148 responden (34.7%), kategori rendah terdapat 133 responden (31.2%), dan kategori sangat rendah terdapat 13 responden (3.1%).

Pembahasan

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang telah dipaparkan untuk analisis self-esteem terhadap resiliensi akademik, menunjukkan bahwa nilai signifikansinya sebesar 0,000. Dengan demikian, hipotesis alternatif (H1) yang menyatakan bahwa self-esteem dapat menjadi prediktor terhadap resiliensi akademik mahasiswa kerja skripsi di Kota Makassar, diterima. Artinya, mahasiswa yang memiliki self-esteem yang tinggi, akan lebih membuat mahasiswa lebih resilien, begitupun sebaliknya.

Hal tersebut dibuktikan dengan keterlibatan dari self-esteem terhadap resiliensi akademikpun ditemukan sebesar 5,2% dengan arah yang positif. Artinya, terdapat pola interaksi yang memperlihatkan bahwa semakin tinggi self-esteem mahasiswa, maka semakin mendukung mahasiswa untuk resiliensi mengerjakan skripsinya. Begitupun sebaliknya, semakin rendah self-esteem, semakin rendah resilien dari mahasiswa tersebut.

Hal tersebut dapat terjadi sebab, seperti yang diketahui individu yang memiliki self-esteem yang tinggi cenderung akan menghormati dirinya dan menganggap dirinya sebagai individu yang sangat berguna, berbanding terbalik jika individu memiliki self-esteem yang rendah ia tidak dapat menerima dirinya dan menganggap dirinya tidak berguna dan serba kekurangan dalam mengerjakan segala sesuatu (Rosemberg 1979).

Karakteristik-karakteristik tersebut secara langsung menjelaskan apabila self-esteem pada mahasiswa tinggi, maka akan semakin tinggi pula resiliensi akademiknya. Oleh karena itu, ia menerima dirinya secara penuh tanpa syarat. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Resnick, Lisa & Karen, 2011) bahwa apabila self-esteem dari individu tersebut tinggi maka resiliensi akademik juga tinggi, dan begitu sebaliknya. Individu yang memiliki self-esteem yang baik membantu individu tersebut dalam menghadapi keterpukannya.

Lebih lanjut lagi, turut dijelaskan bahwa individu dengan resiliensi akademik yang baik akan membantu mahasiswa dalam mengerjakan skripsinya dengan mengatasi kesulitan-kesulitan, bangkit dari tekanan, rasa frustrasi, stress, depresi serta berusaha mengatasi permasalahan-permasalahan yang muncul (Wibowo U.F., 2018) dan akhirnya dapat menyelesaikan skripsinya.

Berbeda dengan mahasiswa yang memiliki self-esteem yang rendah yaitu cenderung akan lebih menyalahkan dirinya atas kekurangan atau ketidak sempurnaan yang dimilikinya. Oleh sebab itu, mahasiswa dengan self-esteem yang rendah akan membuat mahasiswa sulit untuk mendapatkan resiliensi yang baik dalam mengerjakan skripsinya. Penelitian dari Fitriya.P, Paulana. A.N (2018) juga telah menghasilkan jawaban yang sama, yakni self-esteem secara signifikan dapat memengaruhi resiliensi akademik mahasiswa.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti terkait dengan self-esteem yang mampu mempengaruhi Resiliensi Akademik mahasiswa di Kota Makassar dapat disimpulkan sebagai berikut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa H1 diterima dan H0 ditolak, yang berarti self-esteem dapat mempengaruhi resiliensi akademik pada mahasiswa kerja skripsi di Kota Makassar.

DAFTAR PUSTAKA

- Bernard. (1991). *Fostering Resiliency In Kids: Protective Factors In The Family, School, And Community*. San Francisco: WestEd Regional Educational Laboratory.
- Cassidy, S. (2016). The Academic Resilience Scale (ARS-30): A New Multidimensional Construct Measure. *Frontiers in psychology*, 7, 1787.
- Cheng, T. & Catling, K. I. (2015). The Relationship between Resilience and Locus of Control in Students. *Journal Developmental psychology*, 46(5), 1132.
- Clemens, H., Bean, R., Clack, A. 1995. *Bagaimana Meningkatkan Harga Diri Remaja*. Jakarta. Penerbit: Bina Rupa Aksara.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18, 76–82.
- Coopersmith, S. (1981). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco, CA: Freeman.
- Coopersmith, Stanley. 1967. *The Antecedent of Self esteem*. San Francisco: W.H
- Darwin, dkk. (2021). *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif*. Bandung: Media Sains Indonesia.
- Desmita. (2011). *Psikologi perkembangan peserta didik: Panduan bagi orangtua dan guru dalam memahami psikologi anak usia SD, SMP, dan SMA*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

- Duli, N. (2019). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: Deepublish.
- Kaplan, R.M., & Saccuzzo, D.P. (2016). *Pengukuran Psikologi*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Everall, R. D., Altrows, K. J., & Paulson, B. L. (2006). Creating a Future: A Study of Resilience in Suicidal Female Adolescents. *Journal of Counseling & Development*, 84(4), 461–471. Freeman and Company.
- Grotberg, Henderson. (2004). Children and Caregivers : the role of resilience. *Journal of International Council of Psychological (ICP) Convention, China*.
- Hartuti & Mangunsong, F. (2009). Pengaruh Faktor-Faktor Protektif Internal dan Eksternal pada Resiliensi Akademis Siswa Penerima Bantuan Khusus Murid Miskin (BKMM). *Jurnal Psikologi Indonesia*, 6(2), 107-119.
- Helton, L. R., & Smith, M. K. (2004). *Mental Health Practice With Children And Youth: A Strengths And Well-Being Model*. Haworth Social Work Practice Press.
- Helton, L.R & Smith, M. K. 2004. *Mental Health Practice with Children and Youth*. New York : The Hawort Social Work Practice Press.
- Henderson, E., & Milstein, M. M. (2003). *Resiliency in School*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Hidayati, N. L. (2014) Hubungan Antara Self Esteem Dengan Resiliensi Pada Remaja Di SMP Muhammadiyah Surakarta. Skripsi. Surakarta: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Hiew, C. (2000). Development Of A State Resilience Scale. *Japanese Journal Of Health Psychology*, 2(2), 1-11.
- Karina, C. (2014). Resiliensi Remaja yang Memiliki Orangtua Bercerai. *Jurnal Online Psikologi*, 2(1), 37-43.
- Kumalasari, D., Gluthfiyanni, N., & Grasiawaty, N. (2020). Analisis Faktor Adaptasi Instrumen Resiliensi Akademik Versi Indonesia: Pendekatan Eksploratoridan Konfirmatori. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, 9(2), 84-95.
- Kusumastuti, A., Khoiron, A.M., & Achmadi, T. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: Deepublish.
- Losoi, H., Turunen, S., Helminen, M., Ohman, J., Julkunen, J., & Otajarvi, E. (2013). Psychometric Properties of the Finnish Version of the Resilience Scale and its Short Version. *Journal Psychology, Community & Heath*, 2(1), 1-10.
- Martin, A. J., & Marsh, H. W. (2008). Academic buoyancy: Towards an understanding of students' everyday academic resilience. *Journal of school psychology*, 46(1), 53-83.
- Mruk, C. J. (2006). *Self esteem research, theory, and practice*. New York: Springer Publishing Company.
- Purwanti, D., & Kustanti, E. (2018). Hubungan Antara Resiliensi dengan Psychological Well-Being Pada Ibu yang memiliki Anak dengan Gangguan Autis. *Jurnal Empati*, 7(1), 283-287.
- Reivich dan Shatte. (2002). *Psychosocial Resilience*. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57, 316. doi:10.1111/j. 1939-0025.1987.tb03541.
- Reivich K & Shatte A. (2002). *The resilience factor; 7 essential skill for overcoming life's inevitable obstacle*. 1st ed. New York: Broadway Books.
- Reivich, K. & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor*. New York: Broadway Books.