



Perbedaan Resiliensi Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Tinjau Dari Jenis Kelamin

Ayu Ningrum Setiani¹, Dewanti Ruparin Diah², Rinto Wahyu Widodo³
^{1,2,3}Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Merdeka Malang
e-mail:¹ayusetia652@gmail.com, ²dewantirumpoko507@gmail.com,
³rinto.widodo@unmer.ac.id

ABSTRAK

Kata Kunci:

Resiliensi
Jenis Kelamin
Mahasiswa

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi ditinjau dari jenis kelamin. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dan data dikumpulkan melalui kuisioner, dengan menggunakan variabel resiliensi. Data diungkap menggunakan skala resiliensi dan skala likert. Sampel pada penelitian ini berjumlah 100 mahasiswa yang berada di kampus X di Kota Malang. Menggunakan teknik *purposive sampling* didasarkan pada kriteria mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Berdasarkan hasil penelitian, hasil uji reliabilitas variabel resiliensi sebesar 0,887, dengan hasil uji validitas variabel resiliensi sebesar 0,343. Pada penelitian ini diketahui bahwa tidak terdapat adanya perbedaan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan, dengan signifikan 0,419 dan kategori pada resiliensi ini dapat dikatakan sedang sebesar 74%. Berdasarkan hal tersebut maka hipotesis yang diajukan oleh peneliti bahwa tidak terdapat perbedaan secara signifikan pada mahasiswa laki-laki dan perempuan ditolak.

ABSTRACT

Keyword:

Student Gender
Resilience

This research aims to determine differences in resilience among students who are working on their thesis in terms of gender. This research uses quantitative methods and data is collected using a questionnaire by using the resilience variable. Data is revealed using a resilience scale and a likert scale. The sample in this study consisted of 100 students at Campus X in Malang City. Using a purposive sampling technique based on the criteria of students who are working on their thesis. Based on research result, the reliability test results for the resilience variable were 0,887 with the validity test results for the resilience variable being 0,343. In thia study it was discovered that there were no differences between male and female student, with a significance Of 0,419 and this category of resilience can be said to be moderate at 74%. Based on this, the hypothesis proposed by the researcher that there is no significant difference between male and female students is rejected.

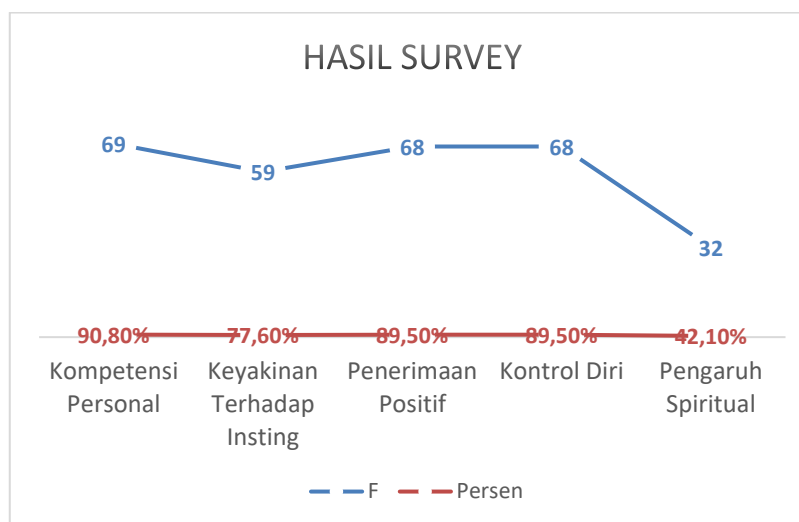
PENDAHULUAN

Setiap mahasiswa yang telah memasuki tahap akhir dalam proses studi akan dibimbing untuk menulis skripsi atau tugas akhir. Widharyanto, 2008 menyatakan bahwa skripsi atau tugas akhir merupakan tugas yang harus diselesaikan oleh setiap mahasiswa diperguruan tinggi sebelum memperoleh gelar sarjana. Setiap mahasiswa menginginkan untuk dapat menyelesaikan skripsi dengan baik dalam waktu yang relatif cepat. Namun kenyataannya banyak kendala yang dihadapi oleh mahasiswa saat mengerjakan skripsi dan hal itu dapat mengakibatkan keinginannya tersebut tidak dapat tercapai. Kesulitan yang dirasakan mahasiswa berkembang menjadi perasaan negatif, sehingga menimbulkan kekhawatiran, stres, dan kehilangan motivasi yang akhirnya menyebabkan skripsi bahkan ada pula yang memutuskan untuk tidak menyelesaikan dari beberapa waktu [1].

Mahasiswa yang memiliki resiliensi akan mampu berjuang, untuk dapat mengatasi hingga kuat untuk menghadapi rintangan [2]. Seseorang yang tangguh dapat memiliki kualitas yang lebih baik secara psikologis, seperti optimis, dinamis, bersemangat tentang berbagai hal yang muncul dalam hidup, terbuka terhadap pengalaman baru dan memiliki emosi yang positif. Seseorang yang memiliki resiliensi adalah seseorang yang memiliki kesehatan yang baik.

Permasalahan yang dihadapi mahasiswa tersebut harus dapat diatasi dengan baik agar mahasiswa dapat bertahan dan menyelesaikan tugas belajarnya sebagai mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki kemampuan untuk bangkit dalam menghadapi permasalahan skripsinya berarti memiliki kemampuan untuk bangkit dalam menghadapi masalah. Mahasiswa memiliki hambatan yang dihadapi dalam membuat skripsi baik dari awal sampai akhir hambatan tersebut dianggap sebagai tuntutan yang dihadapi menyebabkan mahasiswa dapat mengalami stres [3]. Stres adalah situasi dimana adanya tekanan baik itu disebabkan oleh pikiran dan fisik itu sendiri, dari lingkungan maupun keadaan sosial yang tidak dapat dikontrol dengan dihadapi terlalu berat dan tidak dapat dikontrol secara baik oleh individu yang bersangkutan [4].

Mahasiswa harus dapat beradaptasi pada permasalahan dan situasi yang sulit penyebab stressor, stressor ini yang dapat membuat mahasiswa merasa frustrasi, menurunkan semangat dan rendahnya kepercayaan diri mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi [5]. Bila mahasiswa tidak memiliki resiliensi saat pengerjaan skripsi, maka mahasiswa tidak mampu mengerjakan skripsi dengan baik dan tepat waktu. Resiliensi ini dibutuhkan untuk bertahan didalam banyaknya aktifitas dikampus [6], keberadaan resiliensi tersebut akan mengubah permasalahan menjadi sebuah tantangan, kegagalan menjadi kesuksesan dan ketidakberdayaan menjadi sebuah kekuatan [7].



Gambar 1. Hasil Survey

Hasil survey menunjukkan bahwa dari 76 mahasiswa terdapat 90,8% yang menyatakan cenderung putus asa pada saat menghadapi kesulitan dalam pengerjaan skripsi; 77,6% mahasiswa memberikan makna negative atas kesulitan yang dihadapi; 89,5% mahasiswa menunjukkan tidak mudah melakukan coping stres; 89,5% mahasiswa tidak memiliki harapan pada saat menghadapi kesulitan; 42,1% mahasiswa tidak memiliki keyakinan yang kuat pada saat mengerjakan kesulitan.

Kesimpulan hasil survey di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa cenderung tidak memiliki resiliensi saat menghadapi kesulitan, khususnya dalam mengerjakan skripsi. Seharusnya mahasiswa memiliki resiliensi untuk dapat menghadapi kesulitan saat mengerjakan skripsi. Namun kenyataannya mahasiswa ini sebagian besar tidak cukup resilien. Apabila mahasiswa tidak resilien saat mengerjakan skripsi, maka mahasiswa akan mengalami hambatan. Berbagai hambatan dapat memberikan tekanan pada diri mahasiswa diantaranya, cemas, sulit berkonsentrasi, malas mengerjakan skripsi, menghindar atau bahkan meningkatnya permasalahan psikologis yang lainnya, misalnya seperti frustrasi, stres atau menunda mengerjakan skripsi. Dampak mahasiswa yang tidak lulus tepat waktu dapat mengurangi kualitas perkuliahan dan nilai Indeks Prestasi (IP). Jika merujuk pada penelitian lain yang dilakukan oleh Fadilah, di Universitas Mulawarman menjelaskan bahwa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi mengalami peningkatan stres yang tinggi [8]. Reaksi stres mahasiswa ini dapat muncul dalam bentuk perubahan psikologis dan fisik yang mempengaruhi motivasi rendah dan berdampak pada penundaan penyusunan skripsi. Hambatan yang bersifat psikologis biasanya menjadi penyebab yang paling berpengaruh pada timbulnya stres [9].

Beberapa faktor yang mempengaruhi resiliensi diantaranya jenis kelamin [10], Temperame, intelegensi, budaya, usia, gender atau jenis kelamin [11]. Regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, analisis kausal, empati, efikasi diri dan pencapaian [12]. Faktor kepribadian, faktor biologis, dan faktor lingkungan [13]. Selain itu faktor yang mempengaruhi resiliensi adalah faktor individual, faktor keluarga dan faktor komunitas [14]. Faktor demografi meliputi usia, jenis kelamin, bahasa, ras, penduduk asli dan pendatang, pendapatan memiliki hubungan yang signifikan dengan

resiliensi [15].

Resiliensi dalam konsep pengetahuan adalah sebagai bentuk dari kemampuan *coping stres* bahkan gaya lentur yang dimiliki oleh seseorang atau individu dalam menghadapi dan berpendapat secara positif terhadap tekanan dalam kehidupan, kesulitan, masalah yang dialami dalam pengerjaan skripsi. Faktor-faktor dari kemampuan resiliensi ini berasal dari faktor personal, faktor biologis maupun faktor lingkungan. Resiliensi ini merupakan kemampuan yang mendorong individu untuk menghadapi setiap rintangan dalam hidup dan resiliensi tercipta ketika individu ini mampu mengatasi setiap situasi dan kesulitan yang dihadapi serta dimana resiliensi ini juga memiliki perbedaan yang terdapat pada jenis kelamin [13].

Penggunaan jenis kelamin atau gender diambil karena diduga adanya perbedaan resiliensi antara mahasiswa laki-laki dan perempuan. Perbedaan paling terlihat laki-laki dan perempuan adalah dari faktor biologis, sosialisasi, peran sosial dan situasi sosial. Baron & Byrne (2003) menyatakan bahwa gender secara tidak langsung berpengaruh terhadap pembentukan sikap dan dapat diartikan sebagai atribut, tingkah laku, karakteristik kepribadian, dan harapan yang berhubungan dengan jenis kelamin. Hoang (2008) mengungkapkan bahwa laki-laki dan perempuan sangat berbeda karena dilihat dari karakteristiknya juga. Perbedaan tersebut diduga berpengaruh dalam setiap aspek dalam resiliensi.

Tujuan dilakukannya penelitian ini ialah untuk mengetahui perbedaan resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi ditinjau dari jenis kelamin. Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah perbedaan resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi ditinjau dari jenis kelamin. Dalam hal ini berarti bahwa mahasiswa laki-laki dan perempuan memiliki resiliensi yang sama (tidak berbeda).

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Variabel dalam penelitian ini adalah resiliensi variabel independent (X) dan jenis kelamin sebagai variabel dependent (Y). Populasi yang akan diteliti adalah mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi yang mana jumlah populasinya sebesar 2.167 mahasiswa. Dalam penelitian ini, peneliti mengacu pada metode yang dijelaskan dalam rumus yang dikemukakan oleh Slovin. Dari hasil perhitungan didapatkan sampel penelitian sebesar 100 mahasiswa.

Peneliti menggunakan *non-probability* sampling sebagai teknik dalam penelitian ini dan *purposive sampling* sebagai metodenya. *Purposive sampling* sebagai suatu teknik dalam penentuan suatu sampel dengan mempertimbangkan beberapa pertimbangan tertentu [16]. Adapun pertimbangan sampel dalam penelitian ini, yaitu mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dan masih aktif, mahasiswa yang berada pada angkatan 2018-2019.

Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *resiliensi* yang diadaptasi dan disusun berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Connor & Davidson yang terdiri dari Kompetensi personal, Keyakinan terhadap insting, penerimaan positif, kontrol diri dan

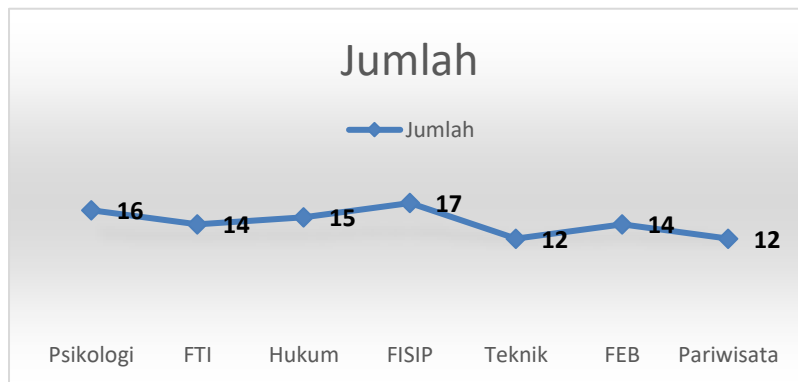
pengaruh spiritual. Diketahui bahwa jumlah item resiliensi adalah 23 item dengan nilai koefisien reabilitas sebesar 0,887.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji asumsi klasik meliputi uji normalitas dan uji homogenitas dan uji hipotesis menggunakan uji beda yaitu *Independent Sample T-Test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data Demografi

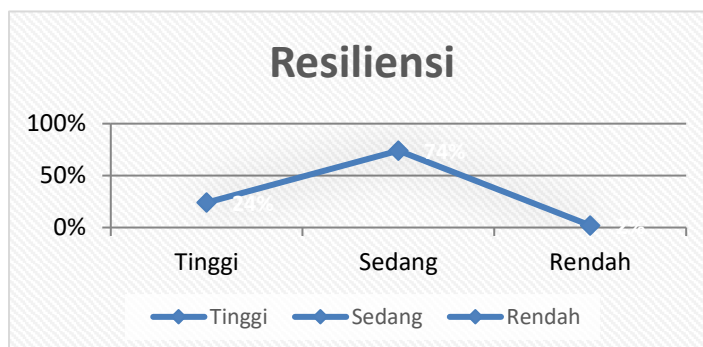
Pada penelitian ini, data demografi jumlah mahasiswa laki-laki dan perempuan. Secara data demografi diuraikan dalam Gambar 2.



Gambar 2. Gambaran mahasiswa laki-laki dan perempuan Penelitian

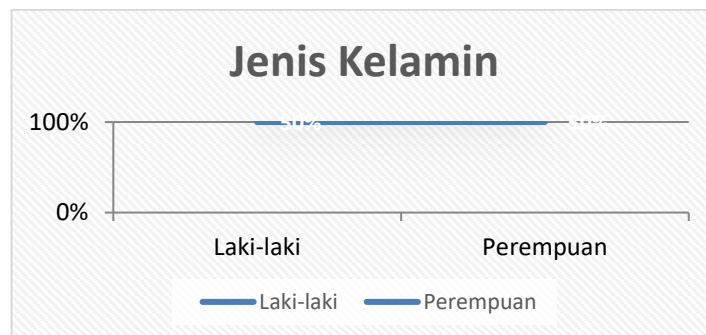
Berdasarkan tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa laki-laki dan perempuan dalam penelitian ini, sebanyak 50 persen responden pada penelitian yang merupakan mahasiswa laki-laki dan sedangkan sebanyak 50 persennya merupakan mahasiswa perempuan.

Peneliti melakukan pengkategorian subjek ke dalam beberapa tingkatan kategori tertentu dengan tujuan untuk menempatkan subjek sesuai dengan tingkatan-tingkatan ataupun kelompok-kelompok yang mana posisi tingkatan atau kelompok tersebut berjenjang sesuai kontinum berdasarkan atribut yang diukur yang mana pengkategorian dimulai dari skor rendah menuju skor tinggi. Azwar, 2011 menyatakan bahwa pembuatan kategorisasi skor untuk subjek penelitian bersifat relatif yang mana hal tersebut disesuaikan dengan tingkat diferensiasi yang dibutuhkan oleh peneliti. Berikut adalah tabel kategorisasi data pada kedua variabel.



Gambar 3. Kategori Variabel resiliensi

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa pada variabel resiliensi didapatkan 24 subjek mendapatkan skor tinggi, 74 subjek mendapatkan skor sedang dan 2 subjek mendapatkan skor rendah. Berdasarkan uraian pada tabel di atas menunjukkan bahwa tingkat resiliensi pada mahasiswa berada pada kategori sedang.



Gambar 4. Kategorisasi Variabel Jenis Kelamin

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa pada variabel didapatkan 50 mahasiswa laki-laki dan 50 mahasiswa perempuan, maka persentasenya sama.

Uji Asumsi : Normalitas

Uji normalitas merupakan salah satu dari uji analisis data yang digunakan untuk mengetahui apakah variabel yang diteliti memiliki data dengan ciri berdistribusi normal. Kemudian, uji normalitas ini juga digunakan untuk melihat apakah masing-masing variabel memiliki tingkat distribusi yang signifikan. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan bantuan software SPSS dengan rumus Kolmogorov Smirnov. Azwar menyatakan bahwa uji normalitas memiliki dasar pengambilan keputusan berupa nilai signifikansi ($p > 0,05$) yang berarti bahwa variabel berdistribusi normal dan juga. Berikut adalah hasil uji normalitas pada variabel resiliensi [17].

Tabel 1. Uji Normalitas

Variabel	Signifikansi	Keterangan
Resiliensi	0,200	Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas pada tabel di atas, diketahui bahwa variabel resiliensi berdistribusi normal. Hal ini disimpulkan dari hasil uji normalitas yang didapatkan berupa nilai signifikansi (p) sebesar $0,200 > 0,05$. Dengan arti lain bahwa sebaran data pada penelitian ini dapat dikatakan normal.

Uji Asumsi: Homogenitas

Uji levene untuk kesamaan ragam (*Levene Test For Equality of Variance*) digunakan untuk menguji apakah sample memiliki varian yang sama. Untuk mengetahui apakah kedua sampel tersebut homogen atau tidak maka perlu diuji homogenitas variannya terlebih dahulu dengan taraf signifikan $\alpha = 5\%$. Dengan melihat nilai p signifikan $< 0,05$ maka varian dari kedua kelompok data tersebut tidak homogeny dan jika $> 0,05$ maka varian dari kedua kelompok data tersebut homogen. Berikut adalah hasil uji homogenitas pada variabel resiliensi.

Tabel 2. Uji resiliensi

Variabel	F Hitung	Sig	Keterangan
Resiliensi mahasiswa ditinjau Dari jenis kelamin	0,081	0,05	Homogen

Berdasarkan hasil uji homogenitas pada tabel di atas, diketahui bahwa variabel resiliensi. Hal ini disimpulkan dari hasil uji homogenitas yang menunjukkan bahwa didapatkan hasil nilai siginifikansi sebesar $0,081 > 0,05$ yang berarti homogen.

Uji Hipotesis

Pada penelitian ini, analisis uji beda yaitu *Independent Sample T-Test* digunakan untuk menguji hipotesis yang mana pengujiannya menggunakan bantuan software SPSS. Tujuan digunakannya analisis uji beda yaitu *Independent Sample T-Test*. Merupakan teknik analisis statistik yang penting dan berguna untuk menemukan hubungan antar variabel. Dan uji beda ini digunakan untuk menilai perlakuan (*treatment*) tertentu pada sampel yang sama pada dua periode pengamatan yang berbeda. Menggunakan *Independent Sample T-Test* adalah merupakan analisis yang digunakan untuk menguji dua rata-rata dari dua sampel yang saling *independent* atau tidak berkaitan.

Tabel 3. Uji Hipotesis

		Independent Samples Test					
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means			
		F	Sig.	t	df	Significance One-Sided p	Significance Two-Sided p
Resiliensi	Equal variances assumed	,002	,963	-,811	98	,210	,419
	Equal variances not assumed			-,811	97,991	,210	,419

Didapatkan pula bahwa variabel jenis kelamin memiliki nilai F hitung sebesar 0,002, memiliki p signifikan (Sig.) lebih kecil dari 0,05 ($0,002 < 0,05$). Dengan demikian analisis Uji beda menggunakan asumsi Equal Variances Not Assumed. Nilai t pada Equal Variances Not Assumed sebesar 0,811 dengan p signifikansi 0,419 ($0,419 > 0,05$) (two tail). Dapat disimpulkan bahwa rata-rata resiliensi pada mahasiswa laki-laki dan perempuan adalah sama (Tidak memiliki perbedaan secara signifikan).

PEMBAHASAN

Hasil Penelitian ini bertujuan untuk melihat adanya perbedaan resiliensi pada mahasiswa
Copyright © SENASIF 2023

yang sedang mengerjakan skripsi ditinjau dari jenis kelamin. Penelitian ini menggunakan mahasiswa aktif Universitas Merdeka Malang jenjang S1 diberbagai fakultas sebagai responden. Adapun responden dalam penelitian ini berjumlah 100 mahasiswa. Dengan hasil uji hipotesis diketahui bahwa resiliensi mahasiswa laki-laki dan perempuan adalah sama tidak memiliki perbedaan saat mengerjakan skripsi.

Hasil diatas menunjukkan bahwa ternyata resiliensi pada mahasiswa laki-laki dan perempuan tidak berbeda secara signifikan. Hal ini dapat dilihat dari nilai rata-rata (mean) dimana mahasiswa laki-laki sebesar 60,7400, sedangkan mahasiswa perempuan sebesar 60,1400. Dengan tidak adanya perbedaan secara signifikan, maka dapat dikatakan bahwa baik mahasiswa laki-laki maupun perempuan memiliki resiliensi yang sama tidak memiliki perbedaan saat mengerjakan skripsi.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Oktaverina dan Kristinawati (2021), memperlihatkan perbedaan resiliensi dari masing-masing jenis kelamin dimana perempuan lebih resilien daripada laki-laki. Hasil tersebut sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Sun dan Steward (2007) yang menunjukkan perempuan memiliki skor yang lebih tinggi daripada laki-laki. Penelitian ini juga mendukung hasil survei yang dilakukan Wen (dalam Martiastuti, 2012) bahwa perempuan memiliki kemampuan resiliensi yang lebih tinggi daripada laki-laki.

Kategori jenis kelamin pada mahasiswa laki-laki sebesar 50 responden, sedangkan mahasiswa perempuan sebesar 50 responden. Jenis kelamin merupakan pemahaman akan identitas, fungsi, peran, tingkah dan pola perilaku, kegiatan dan persepsi atau cara pandang pada seorang laki-laki dan perempuan biasanya ditentukan oleh masyarakat serta kebudayaan, lingkungan atau kawasan mereka dilahirkan. (Priyono, 1996;203). Bila jenis kelamin dikaitkan dengan Uji t , maka dapat dikatakan bahwa mahasiswa laki-laki dan perempuan memiliki resiliensi yang sama tidak memiliki perbedaan saat mengerjakan skripsi. Keterbatasan penelitian ini terbatas pada upaya untuk mengetahui resiliensi pada mahasiswa ditinjau dari jenis kelamin. Penelitian ini tidak meninjaunya dari usia, atau faktor demografi lainnya.

SIMPULAN

Simpulan berdasarkan hasil penelitian dan juga analisis data penelitian serta diperkuat dengan teori-teori yang telah dijelaskan, maka dapat ditarik kesimpulan dari penelitian ini bahwa ada perbedaan resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi ditinjau dari jenis kelamin, menyatakan hipotesis penelitian yang diajukan telah ditolak.

Penulis juga memberikan saran-saran sebagai berikut : Bagi mahasiswa yang memiliki masalah resiliensi dapat mengatasinya dengan meningkatkan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi diantaranya, yaitu regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, analisis kausal, empati, efikasi diri dan pencapaian. Bagi peneliti selanjutnya dapat mengambil penelitian dengan metode yang berbeda dan masalah terkait dengan resiliensi pada mahasiswa dapat mengukur tingkat resiliensi berdasarkan faktor lain selain jenis kelamin.

DAFTAR RUJUKAN

- [1] Anderson, Z. (2020). Perbedaan Resiliensi Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Ditinjau dari Tahun Angkatan. Skripsi di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Diakses : 22 Agustus 2023.
- [2] Pertiwi Yuarini Wahyu,dkk.(2023). Resiliensi Akademik pada Siswa SMPN 08 Tambun Selatan Pasca Pandemi Covid-19 ditinjau dari jenis kelamin. Jurnal : Social Philantropic : Kajian Ilmu Sosial dan Psikologi Vol.2, No.1, 52-58. Fakultas Psikologi : Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
- [3] R. Susanti, S. Maulidia, M. Ulfah, and A. Nabila, "Pandemi dan Tingkat Stress Mahasiswa dalam Menyelesaikan Tugas Akhir Kuliah: Studi Analitik pada Mahasiswa FKM Universitas Mulawarman," *J. Kesehat. Masy. Mulawarman*, vol. 3, no. 1, pp. 1–8, 2021, doi: 10.30872/jkmm.v3i1.6273.
- [4] E. L. Widuri, "Regulasi Emosi Dan Resiliensi Pada Mahasiswa Tahun Pertama," *Humanit. Indones. Psychol. J.*, vol. 9, no. 2, pp. 147–156, 2012, doi: 10.26555/humanitas.v9i2.341.
- [5] A. S. Kinasih and M. N. R. Hadjam, "Pelatihan Mindfulness untuk Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Remaja Difabel Fisik," *J. Interv. Psikol.*, vol. 3, no. 1, pp. 49–76, 2011.
- [6] A. Sugiarto and A. W. Nanda, "Stres Kerja: Pengaruhnya Terhadap Motivasi Kerja dan Kinerja Karyawan," *J. Ilmu Sos. dan Hum.*, vol. 9, no. 2, pp. 276–288, 2020, doi: 10.23887/jish-undiksha.v9i2.21302.
- [7] Y. E. Cahyani and S. Z. Akmal, "Peranan Spiritualitas Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi," *Psikoislamedia J. Psikol.*, vol. 2, no. 1, pp. 32–41, 2017.
- [8] N. S. Ramadhana, "Kecerdasan adversitas dan dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik siswa SMP X Jakarta Timur," *Ikra-Ith Hum. J. Sos. dan Hum.*, vol. 3, no. 2, pp. 39–45, 2019.
- [9] E. Y. Wahidah, "Resiliensi Akademik Perspektif Psikologi Islam," in *Proceeding National Conference Psikologi UMG 2018*, 2018, pp. 111–140.
- [10] R. E. A. Fadillah, "Stres dan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Psikologi," *Psikoborneo*, vol. 1, no. 3, pp. 148–156, 2013.
- [11] E. Kholidah and a Alsa, "Berpikir Positif untuk Menurunkan Stres Psikologis," *J. Psikol.*, vol. 39, no. 1, pp. 67–75, 2012, [Online]. Available: <http://jurnal.psikologi.ugm.ac.id/index.php/fpsi/article/view/180>.
- [12] D. Murphey, M. Barry, and B. Vaughn, "Positive mental health: Resilience," *Adolesc. Heal. Highlight*, vol. 3, pp. 1–6, 2013.
- [13] E. H. Grotberg, "Children and Caregivers: The Role of Resilience," 2004.

- [14] K. Reivich and A. Shatte, *The Resilience Factor :7 Essential Skillsfor Overcoming Life's Inevitable Obstacles*. New York : Broadway Books, 2002.
- [15] L. S. D. Adiyanto, "Pengaruh Resiliensi Terhadap Orientasi Karir Siswa Kelas Xii Sma Se-Kecamatan Candisari Semarang (Skripsi)," Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang, 2020.
- [16] R. D. Overall, K. J. Altrows, and B. L. Paulson, "Creating a future: A study of resilience in suicidal female adolescents," *J. Couns. Dev.*, vol. 84, no. 4, pp. 461–470, 2006.
- [17] M. S. Barends, "Overcoming adversity: An investigation of the role of resilience constructs in the relationship between socio-economic and demographic factors and academic coping. Dissertation," University of the Western Cape, 2004.
- [18] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV Alfabeta, 2017.
- [19] S. Azwar, *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010.
- [20] Umairah,S. (2022). Perbedaan Resiliensi dalam Bekerja Pada Laki-laki dan Perempuan yang bekerja di kantor PUPR Kabupaten Bengkalis, Riau. Fakultas : Psikologi, Universitas : Islam Riau Pekanbaru.