

## Resiliensi pada Mahasiswa yang Menyusun Skripsi dengan Stres Akademik

Rosida Pertiwi<sup>1</sup>, Al Thuba Septa Priyanggasari<sup>2</sup>, Ayu Dyah Hapsari<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Merdeka Malang, 081515225227

<sup>3</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Malang, 081234554017

e-mail: [rosidapertiwi04@gmail.com](mailto:rosidapertiwi04@gmail.com)<sup>1</sup>, [althuba.septa@unmer.ac.id](mailto:althuba.septa@unmer.ac.id)<sup>2</sup>, [ayu.dyah.fppsi@um.ac.id](mailto:ayu.dyah.fppsi@um.ac.id)<sup>3</sup>

### ABSTRAK

#### **Kata Kunci:**

Resiliensi  
Stres akademik  
Mahasiswa  
Skripsi

Stres akademik merupakan stimulus yang dirasakan oleh individu atau mahasiswa terkait dengan stresor akademik dan menimbulkan reaksi terhadap stresor yang dialami. Mahasiswa menghadapi berbagai permasalahan saat menyusun skripsi seperti kesulitan mencari referensi, keterbatasan waktu dapat memicu adanya stres akademik. Dalam hal ini resiliensi memiliki peran dalam mengatasi stres akademik karena memiliki kemampuan untuk beradaptasi secara positif serta berfungsi sebagai pertahanan terhadap tekanan dan depresi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan resiliensi dengan stres akademik pada mahasiswa yang menyusun skripsi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini mahasiswa yang menyusun skripsi dengan sampel 100 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel adalah purposive sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara stres akademik dengan resiliensi pada mahasiswa yang menyusun skripsi. Adapun hasil uji hipotesis yang telah dilakukan pada penelitian ini terdapat hubungan antara stres akademik dan resiliensi, dengan nilai taraf signifikansi  $0,002 < 0,05$ , maka dapat dikatakan bahwa hipotesis diterima.

### ABSTRACT

#### **Keyword:**

Resilience  
Academic Stress  
Students  
Thesis

*Academic stress is a stimulus felt by individuals or students related to academic stressors and causing reactions to the stressors experienced. Students face various problems when writing their theses, such as difficulty finding references, limited time which can trigger academic stress. In this case, resilience has a role in overcoming academic stress because it has the ability to adapt positively and functions as a defense against pressure and depression. This research aims to determine the relationship between resilience and academic stress in students who are writing their theses. This study uses a quantitative approach. The population in this study were students who wrote their theses with a sample of 100 students. The sampling technique is purposive sampling. The results of the research show that there is a relationship between academic stress and resilience in students who are writing their theses. As for the results of the hypothesis testing carried out in this research, there is a relationship between academic stress and resilience, with a significance level value of  $0.002 < 0.05$ , so it can be said that the hypothesis is accepted.*

## I. PENDAHULUAN

Fenomena stres di kalangan mahasiswa yang terkait dengan tuntutan akademik sering disebut stres akademik. Salah satu tuntutan akademik yang harus dihadapi mahasiswa adalah menyusun skripsi. Fenomena stres akademik pada mahasiswa yang menyusun skripsi dapat dilihat dari penelitian yang dilakukan pada 197 mahasiswa yang sedang menyusun skripsi mayoritas mengalami stres akademik pada tingkat sedang sebanyak 135 mahasiswa, tingkat rendah sebanyak 27 mahasiswa, dan tinggi sebanyak 35 mahasiswa [1]. Pada portal berita mahasiswa di Samarinda gantung diri karena mengalami stres dengan skripsi yang sedang dikerjakan [2].

Stres akademik didefinisikan adanya stimulus yang dirasakan oleh individu atau pelajar terkait adanya stressor akademik serta memunculkan reaksi terhadap adanya stressor yang dialami [3]. Penulis tertarik untuk mengetahui tingkat stres akademik mahasiswa yang menyusun skripsi melalui survei terhadap 45 responden. Pada survei tersebut penulis menanyakan beberapa pertanyaan yang mengungkap aspek-aspek stres akademik yaitu aspek stressor akademik dan reaksi terhadap stressor akademik. Hasil survei menyatakan sebanyak 64% atau 29 mahasiswa mengalami stressor akademik saat pengerjaan skripsi, dan sebanyak 61% atau 27 mahasiswa mengalami reaksi stressor akademik saat pengerjaan skripsi. Berdasarkan hasil survei dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang menyusun skripsi disurvei mengalami stres akademik. Seharusnya mahasiswa yang mengerjakan skripsi mampu mengatasi stres akademik yang dialaminya, namun kenyataannya hasil survei menunjukkan masih banyak mahasiswa yang tidak mampu mengatasi stres akademik yang dialaminya.

Keberhasilan akademik dapat diprediksi melalui persepsi terhadap lingkungan belajar serta tingkat resiliensi pada mahasiswa [4]. Resiliensi merupakan cara individu beradaptasi pada lingkungan sekitar dan mampu menyesuaikan diri dengan baik serta menyesuaikan masalah yang sedang dialaminya, bertahan dalam kesusahan bahkan menghadapi kesulitan atau masalah masa lalu yang pernah terjadi dalam kehidupannya [5]. Dalam hal ini resiliensi memiliki peran dalam mengatasi stres akademik yang dirasakan oleh mahasiswa dalam menyusun skripsi. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Widuri menyatakan bahwa mahasiswa membutuhkan resiliensi agar mampu menyesuaikan diri dan tetap dapat mengembangkan dirinya dengan baik sesuai kompetensi yang dimiliki [6]. Oleh karena mahasiswa yang telah memiliki resiliensi yang tinggi, sehingga dapat membantu dalam menghadapi stres akademik saat menyusun skripsi

Penelitian ini dilakukan karena melihat adanya fenomena stres akademik pada mahasiswa yang menyusun skripsi yang menimbulkan berbagai dampak permasalahan agar segera diatasi. Dampak dari segi fisik, stres akademik dapat mengakibatkan gangguan tidur, hingga menyebabkan sejumlah mahasiswa mengkonsumsi obat penenang [7]. Dampak stres akademik mengakibatkan penurunan performa mahasiswa, hal ini dapat terjadi pada mahasiswa laki-laki dan perempuan [8].

Penurunan kinerja tersebut akan berdampak pada penurunan prestasi akademik [9]. Pada akhirnya stres akademik juga berdampak terhadap keterlambatan pada proses *studi* dan *drop out* [10].

## II. METODE

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang pengolahan datanya berupa angka dengan melakukan analisis data menggunakan metode statistic [15]. Dengan variabel penelitian stres akademik yang digunakan sebagai variabel terikat dan perilaku resiliensi sebagai variabel bebas. Populasi penelitian yaitu mahasiswa yang menyusun skripsi . Sampel dalam penelitian ini yaitu mahasiswa yang menyusun skripsi dengan masa studi lebih dari 4 tahun yang diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling* .

Skala pengukuran yang digunakan untuk mengetahui hubungan resiliensi dengan stres akademik pada mahasiswa yang menyusun skripsi dalam penelitian ini yaitu skala likert. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan pandangan seseorang atau sekelompok individu mengenai fenomena sosial [15]. Metode likert yang digunakan pada penelitian yaitu skala likert yang telah dirubah dengan menghilangkan pilihan netral atau ragu-ragu. Alternatif jawaban yang diberikan pada penelitian ini yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Aspek- aspek yang diukur untuk mengetahui stres akademik mengacu pada teori [17], yaitu (a) *stressor akademik* (b) reaksi terhadap *stressor akademik* Sedangkan aspek yang diukur untuk mengetahui perilaku resiliensi mengacu pada teori [18], yaitu (a) regulasi emosi (b) analisis kasual (c) kontrol impuls (d) efikasi diri (e) optimisme (f) empati (g) pencapaian.

Analisis uji data penelitian dilakukan dengan bantuan program *SPSS for Windows V.24*. Perhitungan validitas menggunakan metode *product moment*. Perhitungan reliabilitas menggunakan teknik koefisien alpha. Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui distribusi sebaran data [19]. Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan yang linear pada dua variable [20]. Sedangkan uji hipotesis dalam penelitian ini diperoleh dari perhitungan menggunakan korelasi *product moment pearson* guna melihat adanya hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat.

## III. HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Subyek pada penelitian ini adalah mahasiswa aktif yang sedang menyusun skripsi dalam masa studi lebih dari 4 tahun. Pengumpulan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Pada penelitian ini banyaknya sampel yaitu 100 subjek.

**Tabel 1.** Klasifikasi Subjek berdasarkan Semester yang sedang ditempuh

Semester	Frekuensi	Persen
9	38	38%
11	39	39%
13	23	23%
Total	100	100%

Dari tabel 1 diketahui bahwa responden pada semester 9 berjumlah 38 atau 38%, semester 11 berjumlah 39 atau 39%, dan semester 13 adalah 23 atau 23%. Dari total subjek 100, semester 11 adalah yang paling banyak.

**Tabel 2.** Klasifikasi Subjek berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persen
Perempuan	60	60%
Laki-laki	40	40%
Total	100	100%

Dapat dilihat dari tabel diatas, jenis kelamin penelitian ini 100 subjek, subjek yang paling banyak adalah perempuan yaitu sebanyak 60 atau 60%, sedangkan laki-laki sebanyak 40 atau 40%.

**Tabel 3.** Analisis Deskriptif

Variabale	Skor Hipotetik				Skor Empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Resiliensi	34	136	85	17	46.00	108.00	77.4100	16.61999
Stres Akademik	34	136	85	17	62.00	116.00	91.1100	10.250297

Informasi di atas dimanfaatkan untuk mengelompokkan informasi ke dalam berbagai tingkatan. Pembagian klasifikasi terdiri dari tiga tingkat, yakni tinggi, sedang, dan rendah. Proses pengelompokan ini bergantung pada pandangan teoritis [11]. Pengelompokan ini dapat bersifat relatif, memungkinkan bagi peneliti untuk mengatur tingkat perbedaan sesuai dengan kehendak mereka [11].

**Tabel 4.** Kategori Skor Variabel Resiliensi

Pedoman	Kategori	Jumlah Responden	Persentase
$X < 68$	Rendah	29	29%
$68 \leq X < 102$	Sedang	69	69%
$X \geq 102$	Tinggi	2	2%

Hasil yang didapatkan dalam perhitungan pengkategorisasian dalam skala resiliensi diatas yaitu kategori rendah diperoleh 29 subyek dengan persentase 29%, dengan kategori sedang diperoleh 69 subyek atau 69%, lalu kategori tinggi diperoleh 2 subyek atau 2%. Berdasarkan data yang didapatkan maka dapat ditarik kesimpulan bahwa dari seluruh responden sebanyak 100 mahasiswa yang menyusun skripsi memiliki skor resiliensi dengan kategori sedang, dengan persentase sebesar 69%.

**Tabel 5.** Kategori Skor Variabel Stres Akademik

Pedoman	Kategori	Jumlah Responden	Persentase
$X < 68$	Rendah	2	2%
$68 \leq X < 102$	Sedang	81	81%
$X \geq 102$	Tinggi	17	17%

Hasil yang didapatkan dalam perhitungan pengkategorisasian dalam skala resiliensi diatas yaitu kategori rendah diperoleh 2 subyek dengan persentase 2%, dengan kategori sedang diperoleh 81 subyek atau 81%, lalu kategori tinggi diperoleh 17 subyek atau 17%. Berdasarkan data yang didapatkan maka dapat ditarik kesimpulan bahwa dari seluruh responden sebanyak 100 mahasiswa yang menyusun skripsi memiliki skor stres akademik dengan kategori sedang, dengan persentase sebesar 81%.

**Tabel 6.** Hasil Uji Normalitas Skala Resiliensi dan Stres Akademik

Variabel	Keterangan	(Sig.)	Keterangan
Resiliensi	Sig>0,05	0,200	Berdistribusi normal
Stres Akademik			

Berdasarkan hasil uji normalitas di atas, dapat disimpulkan dari kedua data resiliensi dan stres akademik berdistribusi normal. Didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,20 yang mana lebih besar daripada 0,05 sehingga sebaran dikatakan normal.

**Tabel 7.** Hasil Uji Linearitas

Variabel	F	P	Keterangan
Variabel Resiliensi dan Stres Akademik	1,429	0,107	Linear

Berdasarkan hasil uji linieritas diketahui nilai signifikansi yang dilihat dari *deviation of linearity* adalah  $0,107 > 0,05$  maka dapat disimpulkan terdapat hubungan yang linear antara variabel bebas (resiliensi) dengan variabel terikat (stres akademik).

**Tabel 8.** Hasil uji hipotesis

Variabel Penelitian	Stres Akademik *(X) dan Resiliensi *(Y)
Uji Korelasi	-0,301
Signifikasi	0,002
Kesimpulan	Terdapat korelasi

Berdasarkan pada tabel diatas, dikatakan bahwa nilai taraf signifikansi  $0,002 < 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima, atau ada hubungan atau korelasi antara variabel stres akademik dengan resiliensi.

## Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara resiliensi dengan stres akademik pada mahasiswa yang menyusun skripsi. Berdasarkan hasil uji yang telah dilakukan dalam penelitian ini, terdapat hubungan antara stres akademik dengan resiliensi. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang menemukan bahwa adanya hubungan negatif dan

signifikan antara resiliensi dan stres akademik mahasiswa. Hasil ini menunjukkan semakin tinggi tingkat resiliensi mahasiswa, maka akan semakin rendah stres akademik yang dihadapi mahasiswa [12].

Hasil yang didapatkan dalam perhitungan pengkategorisasian dalam skala resiliensi diatas yaitu kategori rendah diperoleh 29 subyek dengan persentase 29%, dengan kategori sedang diperoleh 69 subyek atau 69%, lalu kategori tinggi diperoleh 2 subyek atau 2%. Berdasarkan data yang didapatkan maka dapat ditarik kesimpulan bahwa dari seluruh responden sebanyak 100 mahasiswa yang menyusun skripsi memiliki skor resiliensi dengan kategori sedang, dengan persentase sebesar 69%. Resiliensi pada tingkat sedang menunjukkan bahwa tingkat kecenderungan resiliensi subjek penelitian belum mencapai tahap optimal dalam arti masih perlu ditingkatkan. Setiap individu telah memiliki modal yang cukup untuk mengembangkan resiliensi, modal tersebut berupa kapasitas adaptasi yang sifatnya alamiah dan instingtif oleh karena itu individu hanya tinggal membuka lebar kapasitas tersebut untuk meningkatkan kemampuan merespon secara positif dampak negatif dari pengalaman adversitas [13]. Hal tersebut diprediksi menjadi salah satu alasan mengapa dalam banyak studi lainnya tingkatan resiliensi yang dominan ditunjukkan oleh subjek penelitian adalah resiliensi dalam tingkatan sedang, atau rata-rata (*average*), yakni karena individu memiliki suatu kapasitas alamiah dalam diri mereka untuk merespon terhadap berbagai pengalaman yang sifatnya menyakitkan, menekan, dan mengancam.

Pada penelitian ini memiliki subjek pada berbagai tingkatan semester yaitu, semester 9 berjumlah 38 mahasiswa, semester 11 berjumlah 39 mahasiswa, dan semester 13 berjumlah 23 mahasiswa. Dengan adanya berbagai tingkatan tersebut dapat dinyatakan bahwa mahasiswa akan semakin merasakan stres akademik ketika tidak dapat menyelesaikan skripsi dengan tepat waktu. Hal tersebut didukung penelitian [14] menyatakan bahwa semakin bertambahnya mahasiswa setiap semester yang melakukan perpanjangan skripsi dapat berdampak pada tingkat stresor yang diterima mengingat beban yang semakin bertambah menjadi faktor penyebab terjadinya stres akademik. Hal ini sesuai dengan penelitian [15] yang menyatakan bahwa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi cenderung mengalami peningkatan stres yang tinggi. Segala kesulitan dapat mengakibatkan stres yang akan semakin meningkat apabila ada teman satu angkatan atau angkatan dibawahnya yang sudah mampu selesai terlebih dahulu.

Pada penelitian ini memiliki subjek dari jenis kelamin yaitu, kelamin laki-laki berjumlah 40 atau 40%, dan kelamin perempuan berjumlah 60 atau 60%. Kecenderungan tingkat stres akademik diantara laki-laki dan perempuan pada mahasiswa dipengaruhi oleh respon dari masing-masing mahasiswa. Penelitian [16] menyatakan bahwa tidak ada perbedaan secara signifikan antara stres akademik mahasiswa perempuan dan laki-laki. Secara statistik, tidak terdapat perbedaan tingkat stres dalam menyusun skripsi antara mahasiswa laki-laki dengan perempuan sehingga mahasiswa laki-laki dan perempuan memiliki tingkat stres dalam menyusun skripsi yang sama meskipun terdapat perbedaan skor rata-rata. Hasil penelitian ini tidak sesuai dengan penelitian [17] yang menentukan

bahwa tingkat stres pada perempuan lebih tinggi dari pada laki-laki. Hal itu disebabkan remaja laki-laki menggunakan koping yang berorientasi ego, sehingga lebih santai dalam menghadapi stresor yang berasal dari kehidupan akademik.

Stres akademik memang menjadi permasalahan mahasiswa saat menyusun skripsi yang terbukti dari berbagai penelitian studi. Hal ini sesuai dengan penelitian [18] menyatakan ketika mahasiswa mengalami stres akademik selama proses penyusunan skripsi, diperlukan resiliensi untuk menangani kondisi stres yang sedang terjadi. Salah satu faktor yang mampu meningkatkan resiliensi individu adalah hubungannya dengan keluarga. Melalui pembinaan hubungan yang baik dengan keluarga, resiliensi dapat meningkat pada subjek-subjek dengan masalah psikologis seperti trauma, masalah akademis dan pendidikan serta masalah dalam penyesuaian sosial [19]. Peranan resiliensi bermanfaat bagi mahasiswa yang menyelesaikan skripsi sebab resiliensi dapat membantu mahasiswa untuk bangkit dari keterpurukan, mampu berteguh hati, dan memperbaiki kesedihan yang sedang dihadapi

Resiliensi memiliki beberapa aspek, yang dapat membantu menurunkan stres akademik saat penyusunan skripsi. Aspek regulasi emosi dapat membantu mahasiswa untuk tetap tenang saat berada dalam tekanan saat penyusunan skripsi [5]. Aspek kontrol impuls dapat membantu mahasiswa mengontrol keinginan dan tekanan yang muncul dalam penyusunan skripsi. Aspek optimisme dapat membantu mahasiswa meningkatkan kepercayaan diri untuk menyelesaikan skripsinya. Aspek analisis kasual membantu mahasiswa menemukan solusi yang tepat saat menghadapi permasalahan skripsi. Aspek empati membantu mahasiswa melihat kondisi emosional yang timbul saat penyusunan skripsi. Aspek efikasi diri membantu mahasiswa meyakini untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi saat penyusunan skripsi. Aspek pencapaian membantu mahasiswa untuk memiliki keberanian dalam menghadapi rintangan dalam menyelesaikan skripsi.

Ketika mahasiswa memiliki resiliensi yang kurang baik, ia akan sulit beradaptasi terhadap rintangan akademik yang di hadapi. Hal ini menyebabkan timbulnya masalah akademik yang memunculkan stres akademik. Hal ini sejalan dengan penelitian [6] yang menyatakan bahwa mahasiswa memerlukan resiliensi agar dapat menyesuaikan diri sehingga dapat mengembangkan diri dengan baik. Penelitian ini menunjukkan bahwa subjek mempunyai resiliensi yang tinggi, sehingga mampu membantu dalam menghadapi stres. Mahasiswa yang memiliki resiliensi dapat mengatasi kesulitan dan hambatan yang muncul selama penyusunan skripsi untuk tetap fokus dan produktif dalam mencapai tujuan akademisnya, sehingga menurunkan resiko stres yang berlebihan.

#### **IV. SIMPULAN**

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan dan pembahasan yang telah diuraikan, maka diperoleh kesimpulan yaitu terdapat hubungan resiliensi dengan stres akademik pada mahasiswa yang menyusun skripsi. Hasil penelitian dapat diinterpretasikan adanya hubungan negatif maka semakin tinggi resiliensi maka semakin rendah stres akademik, sebaliknya apabila

semakin rendah stres akademik maka semakin tinggi resiliensi yang dialami pada mahasiswa yang menyusun skripsi.

#### DAFTAR RUJUKAN

- [1] N. S. Aprilia and N. H. Yoenanto, "Pengaruh Regulasi Emosi dan Persepsi Dukungan Sosial terhadap Stres Akademik Mahasiswa yang Menyusun Skripsi," *Bul. Ris. Psikol. dan Kesehat. Ment.*, vol. 2, no. 1, pp. 19–30, 2022, doi: 10.20473/brpkm.v2i1.31924.
- [2] Z. Daton, "Mahasiswa Gantung Diri di Samarinda, Diduga Depresi Kuliah 7 Tahun Tak Lulus, Skripsi Sering Ditolak Dosen," *Kompoas.com*, p. 1, 2020. [Online]. Available: <https://regional.kompas.com/read/2020/07/12/19122501/mahasiswa-gantung-diri-di-samarinda-diduga-depresi-kuliah-7-tahun-tak-lulus>
- [3] B. Gadzella, M. Baloglu, W. Masten, and Q. Wang, "Evaluation of the Student Life-Stress Inventory-Revised," *J. Instr. Psychol.*, vol. 39, no. 2, p. 82, 2012, [Online]. Available: <https://www.researchgate.net>
- [4] M. J. Levitt, *Social relations in childhood and adolescence: The convoy model perspective*, vol. 48, no. 1–2. 2005. doi: 10.1159/000083214.
- [5] K. Reivich and A. Shatté, *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. 2002.
- [6] E. L. Widuri, "Regulasi Emosi Dan Resiliensi Pada Mahasiswa Tahun Pertama," *Humanit. Indones. Psychol. J.*, vol. 9, no. 2, p. 147, 2012, doi: 10.26555/humanitas.v9i2.341.
- [7] A. Waqas, S. Khan, W. Sharif, U. Khalid, and A. Ali, "Association of academic stress with sleeping difficulties in medical students of a Pakistani medical school: A cross sectional survey," *PeerJ*, vol. 2015, no. 3, 2015, doi: 10.7717/peerj.840.
- [8] S. Altaf, H. Kausar, and M. J. Khan, "Effect of perceived academic stress on students' performance.," *FWU J. Soc. Sci.*, vol. 7, no. 2, pp. 146–151, 2013.
- [9] N. Sohail, "Stress and academic performance among medical students," *Journal of the College of Physicians and Surgeons Pakistan*, vol. 23, no. 1. pp. 67–71, 2013. doi: 01.2013/JCPSP.6771.
- [10] A. Schaefer, H. Matthes, G. Pfitzer, and K. Köhle, "[Mental health and performance of medical students with high and low test anxiety].," *Psychotherapie, Psychosomatik, medizinische Psychologie*, vol. 57, no. 7. pp. 289–97, 2007. [Online]. Available: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17357900>
- [11] S. Azwar, *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2012.
- [12] R. Ramadanti and H. Herdi, "Hubungan antara Resiliensi dan Dukungan Sosial dengan Stress Akademik Mahasiswa Baru di Jakarta pada Masa Pandemi Covid-19," *INSIGHT J. Bimbing. Konseling*, vol. 10, no. 2, pp. 150–163, 2022, doi: 10.21009/insight.102.07.
- [13] V. Castro, M. B. Johnson, and R. Smith, "Self-Reported Resilient Behaviors of Seventh and

- Eighth Grade Students Enrolled in an Emotional Intelligence Based Program,” 2011.
- [14] K. C. Ayudanto, “Hubungan antara stres akademis dan ide bunuh diri pada mahasiswa - USD Repository,” 2018.
- [15] R. E. A. Fadillah, “Stres Dan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Psikologi,” *Psikoborneo*, vol. 1, no. 3, pp. 148–156, 2013.
- [16] H. ; setyowati ; Fitriani, “HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES AKADEMIK DALAM MENYUSUN SKRIPSI PADA MAHASISWA PSIKOLOGI UNIVERSITAS SEBELAS MARET,” 2023.
- [17] A. Kirana, A. Agustini, and E. Rista, “Resiliensi dan Stres Akademik Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi di Universitas X Jakarta Barat,” *Provita J. Psikol. Pendidik.*, vol. 15, no. 1, pp. 27–50, 2022, doi: 10.24912/provita.v15i1.18379.
- [18] I. Istiqomah, “Resiliensi Akademik Dan Stres Akademik Pada mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Ditengah Pandemi Covid-19,” pp. 1–158, 2022.
- [19] N. P. K. Kusumah and A. T. S. Priyanggarsi, “Resiliensi Penderita HIV Positif Ditinjau dari Relasi dalam Keluarga,” *Proceeding Semin. Nas. "Selamatkan Gener. Bangsa dengan Membentuk Karakter Berbas. Kearifan Lokal.*, pp. 9–18, 2015.