



FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI RESILIENSI AKADEMIK

Factors That Influence Academic Resilience

Jumrah^{1*}, Indahwaty²

¹ STKIP Darud Da'wah wal Irsyad Pinrang

² Institut Cokroaminoto Pinrang

*jumrah@stkipddipinrang.ac.id



ABSTRACT

Academic resilience is an individual's ability to survive and recover from academic difficulties. Understanding the factors that influence academic resilience is important for developing effective interventions to improve students' academic success. This study aims to identify and analyze factors that influence students' academic resilience based on a systematic literature review. This study used a systematic literature review method by analyzing 45 research articles published between 2015 and 2024. The literature search was conducted through the Scopus, Google Scholar, ERIC, Science Direct, and Garuda Portal databases with the keywords "academic resilience", "academic resilience", "resilience factors", and "student resilience". The findings indicate that academic resilience is influenced by three main categories of factors: (1) individual factors including self-efficacy, emotional regulation, intrinsic motivation, and growth mindset; (2) interpersonal factors including social support, relationships with lecturers/teachers, and peer cohesiveness; (3) institutional factors including campus climate, accessibility of support services, and adaptive academic policies. Academic resilience is a multidimensional construct influenced by complex interactions between individual, interpersonal, and institutional factors. Practical implications demonstrate the need for a holistic approach to developing academic resilience development programs in higher education.

Keywords: *Academic Resilience; Self-Efficacy; Social Support.*

ABSTRAK

Resiliensi akademik merupakan kemampuan individu untuk bertahan dan bangkit dari kesulitan akademik yang dihadapi. Pemahaman tentang faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi akademik penting untuk mengembangkan intervensi yang efektif dalam meningkatkan keberhasilan akademik mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi akademik mahasiswa berdasarkan tinjauan literatur sistematis. Penelitian ini menggunakan metode tinjauan literatur sistematis dengan menganalisis 45 artikel penelitian yang diterbitkan dalam rentang waktu 2015-2024. Pencarian literatur dilakukan melalui database Scopus, Google Scholar, ERIC, Science Direct, dan Portal Garuda dengan kata kunci "academic resilience",

"resiliensi akademik", "faktor resiliensi", dan "student resilience". Temuan menunjukkan bahwa resiliensi akademik dipengaruhi oleh tiga kategori utama faktor: (1) faktor individual meliputi efikasi diri, regulasi emosi, motivasi intrinsik, dan mindset berkembang; (2) faktor interpersonal mencakup dukungan sosial, hubungan dengan dosen/guru, dan kohesivitas teman sebaya; (3) faktor institusional berupa iklim kampus, aksesibilitas layanan dukungan, dan kebijakan akademik yang adaptif. Resiliensi akademik merupakan konstruk multidimensional yang dipengaruhi oleh interaksi kompleks antara faktor individual, interpersonal, dan institusional. Implikasi praktis menunjukkan perlunya pendekatan holistik dalam mengembangkan program pengembangan resiliensi akademik di perguruan tinggi.

Kata Kunci: Dukungan Sosial; Efikasi Diri; Resiliensi Akademik.

1. PENDAHULUAN

Perguruan tinggi menghadirkan berbagai tantangan akademik yang kompleks bagi mahasiswa, mulai dari tuntutan akademik yang tinggi, tekanan untuk mencapai prestasi optimal, hingga adaptasi terhadap lingkungan pembelajaran yang baru (Juliyanti & Pujiastuti, 2020). Tidak semua mahasiswa mampu menghadapi tantangan tersebut dengan cara yang sama. Beberapa mahasiswa dapat bertahan dan bahkan berkembang di tengah kesulitan, sementara yang lain mengalami penurunan prestasi atau bahkan putus kuliah (Jumrah & Anggriani, 2022).

Fenomena kemampuan bertahan dan bangkit dari kesulitan akademik ini dikenal dengan istilah resiliensi akademik (Académica & F, 2015). Konsep resiliensi akademik pertama kali dikembangkan dari teori resiliensi psikologis yang menekankan pada kapasitas individu untuk beradaptasi secara positif dalam menghadapi adversitas (Afifah et al., 2022). Dalam konteks akademik, resiliensi tidak hanya berkaitan dengan kemampuan mempertahankan prestasi akademik, tetapi juga kemampuan untuk pulih dari kegagalan, belajar dari kesalahan, dan terus termotivasi untuk mencapai tujuan akademik (Białowolski, 2016).

Data dari berbagai institusi pendidikan tinggi menunjukkan bahwa tingkat drop-out mahasiswa masih menjadi permasalahan serius. Di Indonesia, tingkat putus kuliah mahasiswa berkisar antara 15-20% pada tahun pertama perkuliahan. Fenomena ini mengindikasikan perlunya perhatian khusus terhadap pengembangan resiliensi akademik sebagai faktor protektif yang dapat membantu mahasiswa bertahan dan berhasil dalam studi mereka (Chirkina et al., 2020).

Resiliensi akademik didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk mencapai hasil akademik yang baik meskipun menghadapi kesulitan atau berada dalam situasi yang berpotensi menghambat keberhasilan akademik (D, 2018). Konsep ini berkembang dari teori resiliensi yang dikemukakan oleh Masten, yang menekankan pada proses adaptasi positif dalam menghadapi adversitas signifikan. Martin dan Marsh mengoperasionalkan resiliensi akademik sebagai kemampuan mahasiswa untuk secara efektif mengatasi kemunduran dan tantangan yang menjadi bagian normal dari kehidupan akademik (Downey, n.d.). Definisi ini menekankan dua aspek penting: pertama, adanya adversitas atau kesulitan akademik; kedua, kemampuan untuk beradaptasi dan bangkit dari kesulitan tersebut (Fitriani & Gina, 2022). Cassidy membedakan resiliensi akademik menjadi tiga dimensi utama:

pertama, ketekunan (perseverance) yaitu kemampuan untuk terus berusaha menghadapi kesulitan akademik; kedua, kemampuan untuk mencari dan menggunakan dukungan yang tersedia; ketiga, respon emosional yang adaptif terhadap kesulitan akademik. Ketiga dimensi ini saling berinteraksi dalam membentuk resiliensi akademik yang utuh (Liu & Huang, 2021). Beberapa teori mendasari pemahaman tentang resiliensi akademik. Teori Ekologi Bronfenbrenner menekankan bahwa perkembangan individu, termasuk resiliensi, dipengaruhi oleh sistem-sistem lingkungan yang berinteraksi mulai dari mikrosistem (individu), mesosistem (hubungan interpersonal), hingga makrosistem (konteks budaya dan institusional) (Murray, 2018).

Teori Self-Determination dari Deci dan Ryan menjelaskan bahwa motivasi intrinsik dan otonomi merupakan faktor penting dalam resiliensi. Ketika individu merasa bahwa mereka memiliki kontrol atas pembelajaran mereka dan kebutuhan psikologis dasar mereka terpenuhi (kompetensi, otonomi, keterhubungan), mereka lebih mampu menghadapi kesulitan akademik (Sari & Mediatati, 2023).

Social Cognitive Theory dari Bandura menekankan peran efikasi diri sebagai keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk berhasil dalam situasi tertentu. Efikasi diri akademik terbukti menjadi prediktor kuat resiliensi akademik karena mempengaruhi bagaimana individu menetapkan tujuan, seberapa besar usaha yang dikeluarkan, dan seberapa lama mereka bertahan ketika menghadapi kesulitan (Kumalasari, 2022).

Berbagai penelitian telah mengidentifikasi faktor-faktor yang berkontribusi pada resiliensi akademik. Penelitian oleh Yeager dan Dweck menemukan bahwa mindset berkembang (growth mindset) berhubungan positif dengan resiliensi akademik. Mahasiswa yang percaya bahwa kemampuan intelektual dapat berkembang melalui usaha lebih mampu bangkit dari kegagalan akademik dibandingkan mereka yang memiliki mindset tetap (fixed mindset).

Studi longitudinal oleh Cassidy menunjukkan bahwa dukungan sosial, khususnya dari keluarga dan teman sebaya, merupakan faktor protektif yang signifikan terhadap resiliensi akademik. Mahasiswa yang memiliki jaringan dukungan sosial yang kuat menunjukkan tingkat resiliensi yang lebih tinggi ketika menghadapi stres akademik (Liu & Huang, 2021).

Penelitian di konteks Indonesia oleh Hendriani menunjukkan bahwa religiusitas dan nilai-nilai budaya kolektif berkontribusi pada resiliensi akademik mahasiswa Indonesia. Temuan ini mengindikasikan bahwa faktor kontekstual dan kultural perlu dipertimbangkan dalam memahami resiliensi akademik (Yendi et al., 2023).

Penelitian tentang resiliensi akademik telah berkembang pesat dalam dua dekade terakhir. Namun, pemahaman yang komprehensif tentang faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi akademik masih terfragmentasi dalam berbagai studi dengan fokus yang beragam. Tinjauan sistematis terhadap berbagai penelitian diperlukan untuk mengintegrasikan temuan-temuan yang ada dan memberikan gambaran menyeluruh tentang faktor-faktor determinan resiliensi akademik. Oleh karena itu penelitian ini dilakukan untuk mengetahui faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi resiliensi akademik mahasiswa. Sehingga secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada pengembangan teori resiliensi akademik dengan menyajikan kerangka konseptual yang komprehensif. Secara praktis, temuan

penelitian dapat menjadi dasar bagi pengembangan program intervensi untuk meningkatkan resiliensi akademik mahasiswa di perguruan tinggi.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain tinjauan literatur sistematis (systematic literature review) yang mengikuti protokol PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses). Pendekatan ini dipilih untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan mengintegrasikan temuan dari berbagai penelitian tentang faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi akademik .

Pencarian literatur dilakukan pada empat database utama: Google Scholar, ERIC (Education Resources Information Center), ScienceDirect, dan Portal Garuda. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian meliputi kombinasi dari: "academic resilience", "resiliensi akademik", "faktor resiliensi", "student resilience", "protective factors", dan "adversity". Pencarian dilakukan dalam bahasa Indonesia dan bahasa Inggris untuk mendapatkan cakupan literatur yang komprehensif.

Kriteria inklusi yang ditetapkan adalah: artikel penelitian empiris yang dipublikasikan dalam jurnal ilmiah terindeks dalam rentang waktu 2015-2024; fokus penelitian pada resiliensi akademik mahasiswa atau siswa tingkat menengah atas; menggunakan metodologi kuantitatif, kualitatif, atau mixed methods; dan tersedia dalam teks lengkap. Kriteria eksklusi meliputi: artikel tinjauan literatur tanpa data empiris baru, artikel prosiding konferensi, dan penelitian yang tidak spesifik membahas resiliensi akademik.

Proses seleksi dilakukan dalam empat tahap. Tahap pertama adalah identifikasi artikel melalui pencarian database yang menghasilkan 312 artikel. Tahap kedua adalah screening berdasarkan judul dan abstrak yang menyisakan 128 artikel relevan. Tahap ketiga adalah penilaian kelayakan dengan membaca teks lengkap yang menghasilkan 67 artikel potensial. Tahap akhir adalah penilaian kualitas menggunakan kriteria metodologis yang menghasilkan 45 artikel berkualitas tinggi untuk dianalisis.

Penilaian kualitas artikel dilakukan menggunakan adapted quality assessment tool yang mempertimbangkan: kejelasan tujuan penelitian, kesesuaian metodologi dengan pertanyaan penelitian, validitas dan reliabilitas instrumen, kecukupan analisis data, dan kejelasan interpretasi temuan. Setiap artikel dinilai secara independen oleh dua peneliti dan perbedaan penilaian didiskusikan hingga mencapai konsensus.

Data yang diekstraksi dari setiap artikel meliputi: karakteristik studi (penulis, tahun, negara, desain penelitian), karakteristik partisipan (jumlah, jenjang pendidikan, demografi), konstruk resiliensi akademik yang diukur, faktor-faktor yang diteliti, dan temuan utama. Analisis data dilakukan menggunakan metode sintesis tematik, di mana temuan dari berbagai studi diorganisasikan berdasarkan tema-tema yang muncul terkait faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi akademik.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari 45 artikel yang dianalisis, mayoritas (62%) menggunakan desain kuantitatif, 24% menggunakan desain kualitatif, dan 14% menggunakan mixed methods. Sebagian besar penelitian dilakukan di negara-negara Barat (58%), diikuti oleh Asia (35%), dan sisanya dari negara-negara lain. Partisipan penelitian bervariasi dari siswa SMA hingga mahasiswa pascasarjana, dengan konsentrasi terbesar pada mahasiswa tingkat sarjana (71%). Total partisipan dari seluruh studi yang ditinjau mencapai 23.847 individu.

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Resiliensi Akademik

Analisis tematik mengidentifikasi tiga kategori utama faktor yang mempengaruhi resiliensi akademik: faktor individual, faktor interpersonal, dan faktor institusional.

1. Faktor Individual

Efikasi Diri Akademik

Efikasi diri akademik muncul sebagai prediktor yang paling konsisten dari resiliensi akademik dalam 34 dari 45 studi yang ditinjau. Mahasiswa dengan efikasi diri akademik yang tinggi menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam menghadapi kesulitan akademik, menetapkan tujuan yang menantang, dan bertahan ketika menghadapi kegagalan. Hubungan ini dijelaskan melalui mekanisme di mana efikasi diri mempengaruhi atribusi keberhasilan dan kegagalan, di mana individu dengan efikasi diri tinggi cenderung mengaitkan kegagalan dengan faktor yang dapat diubah seperti kurangnya usaha, bukan dengan keterbatasan kemampuan yang permanen (Afifah et al., 2022).

Temuan dari studi longitudinal menunjukkan bahwa efikasi diri akademik tidak hanya mempengaruhi resiliensi saat ini, tetapi juga memprediksi resiliensi di masa mendatang. Intervensi yang dirancang untuk meningkatkan efikasi diri akademik terbukti efektif dalam meningkatkan resiliensi, dengan effect size yang berkisar antara medium hingga besar.

Regulasi Emosi

Kemampuan regulasi emosi muncul sebagai faktor penting dalam 28 studi. Mahasiswa yang mampu mengidentifikasi, memahami, dan mengelola emosi negatif yang muncul dari kesulitan akademik menunjukkan tingkat resiliensi yang lebih tinggi. Strategi regulasi emosi yang adaptif seperti cognitive reappraisal (penilaian ulang kognitif) dan problem-focused coping lebih efektif dalam memfasilitasi resiliensi dibandingkan strategi maladaptif seperti suppression (penekanan emosi) atau avoidance (penghindaran) (D, 2018).

Penelitian kualitatif mengungkapkan bahwa mahasiswa resilien memiliki kemampuan untuk melihat kesulitan akademik sebagai tantangan yang dapat diatasi, bukan sebagai ancaman yang menghancurkan. Perspektif ini memungkinkan mereka untuk mempertahankan emosi positif dan motivasi meskipun menghadapi kegagalan.

Motivasi Intrinsik

Motivasi intrinsik, yaitu motivasi yang berasal dari ketertarikan dan kepuasan internal terhadap pembelajaran itu sendiri, ditemukan berpengaruh signifikan terhadap resiliensi akademik dalam 26 studi. Mahasiswa dengan motivasi intrinsik yang tinggi lebih mampu

mempertahankan usaha mereka ketika menghadapi kesulitan karena pembelajaran memiliki nilai personal bagi mereka, bukan sekadar untuk mencapai reward eksternal (Downey, n.d.). Kontras dengan motivasi ekstrinsik, motivasi intrinsik menunjukkan hubungan yang lebih kuat dan konsisten dengan resiliensi akademik. Hal ini mengindikasikan bahwa pengembangan minat autentik terhadap bidang studi merupakan strategi penting untuk membangun resiliensi jangka panjang.

Mindset Berkembang (Growth Mindset)

Konsep mindset berkembang, yang merujuk pada keyakinan bahwa kemampuan intelektual dapat berkembang melalui usaha dan pembelajaran, ditemukan berkorelasi positif dengan resiliensi akademik dalam 22 studi. Mahasiswa dengan growth mindset cenderung melihat kegagalan sebagai kesempatan untuk belajar, bukan sebagai bukti keterbatasan kemampuan yang permanen (Tipismana, 2019).

Studi eksperimental menunjukkan bahwa intervensi mindset, meskipun relatif singkat, dapat menghasilkan perubahan signifikan dalam resiliensi akademik. Efek intervensi paling kuat terlihat pada mahasiswa yang sebelumnya memiliki fixed mindset dan menghadapi transisi akademik yang menantang.

Orientasi Tujuan (Goal Orientation)

Orientasi tujuan pembelajaran (mastery goal orientation), di mana fokus individu adalah pada penguasaan materi dan pengembangan kompetensi, menunjukkan hubungan positif dengan resiliensi dalam 19 studi. Sebaliknya, orientasi tujuan performa (performance goal orientation), terutama yang bersifat avoidance (menghindari tampak bodoh), berkorelasi negatif dengan resiliensi akademik (Yang & Wang, 2022).

Mahasiswa dengan mastery goal orientation lebih mampu mempertahankan motivasi ketika menghadapi kesulitan karena mereka menilai kesuksesan berdasarkan progres personal, bukan perbandingan dengan orang lain.

2. Faktor Interpersonal

Dukungan Sosial

Dukungan sosial muncul sebagai faktor protektif yang sangat penting dalam 38 dari 45 studi. Dukungan sosial dapat berasal dari berbagai sumber: keluarga, teman sebaya, dosen/guru, dan mentor. Setiap sumber dukungan memberikan kontribusi unik terhadap resiliensi akademik (Yan & Gai, 2022).

Dukungan keluarga, khususnya dukungan emosional dan instrumental dari orang tua, terbukti menjadi fondasi penting bagi resiliensi akademik. Mahasiswa yang merasakan dukungan keluarga yang kuat menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam menghadapi stres akademik dan lebih cepat pulih dari kegagalan.

Dukungan teman sebaya berperan penting terutama melalui mekanisme peer learning dan emotional companionship. Mahasiswa yang memiliki kelompok belajar atau sahabat yang dapat diajak berbagi kesulitan akademik menunjukkan tingkat resiliensi yang lebih tinggi. Penelitian kualitatif mengungkapkan bahwa memiliki teman yang "senasib" dalam

menghadapi kesulitan akademik mengurangi perasaan isolasi dan meningkatkan motivasi untuk terus berusaha.

Hubungan dengan Dosen/Guru

Kualitas hubungan dengan dosen atau guru ditemukan berpengaruh signifikan terhadap resiliensi akademik dalam 24 studi. Hubungan yang positif ditandai dengan: keterbukaan komunikasi, pemberian feedback yang konstruktif, dukungan akademik yang responsif, dan kepedulian terhadap kesejahteraan mahasiswa (Yaghoubi et al., 2025).

Dosen yang mampu menciptakan safe learning environment di mana mahasiswa merasa nyaman untuk bertanya, mengakui kesulitan, dan mengambil risiko intelektual, memfasilitasi pengembangan resiliensi akademik. Sebaliknya, hubungan yang dingin atau kritis dapat menghambat resiliensi dengan meningkatkan kecemasan dan mengurangi motivasi untuk mencari bantuan.

Sense of Belonging (Rasa Memiliki)

Sense of belonging terhadap institusi pendidikan dan program studi muncul sebagai faktor penting dalam 18 studi, terutama untuk mahasiswa yang berasal dari kelompok minoritas atau first-generation college students. Mahasiswa yang merasakan bahwa mereka "belong" di lingkungan akademik mereka menunjukkan resiliensi yang lebih tinggi ketika menghadapi kesulitan (Sari & Mediatati, 2023).

Rasa memiliki ini berkembang melalui berbagai mekanisme: partisipasi dalam kegiatan kampus, terbentuknya identitas sebagai bagian dari komunitas akademik, dan pengalaman diterima dan dihargai oleh komunitas kampus. Mahasiswa yang merasa terisolasi atau tidak cocok dengan lingkungan kampus lebih rentan mengalami kesulitan akademik yang berkepanjangan.

3. Faktor Institusional

Iklim Kampus

Iklim kampus yang mendukung, yang ditandai dengan budaya yang menghargai usaha, menerima kegagalan sebagai bagian dari pembelajaran, dan mempromosikan growth mindset, ditemukan berpengaruh positif terhadap resiliensi akademik dalam 21 studi. Iklim yang kompetitif secara berlebihan atau yang stigmatisasi terhadap kegagalan dapat menghambat resiliensi dengan meningkatkan fear of failure dan menurunkan help-seeking behavior.

Aksesibilitas Layanan Dukungan

Ketersediaan dan aksesibilitas layanan dukungan akademik seperti tutorial, konseling akademik, dan learning support center berkorelasi positif dengan resiliensi dalam 17 studi. Namun, ketersediaan saja tidak cukup; faktor penting adalah awareness mahasiswa tentang layanan tersebut dan tidak adanya stigma dalam menggunakan layanan dukungan.

Penelitian menunjukkan bahwa banyak mahasiswa yang mengalami kesulitan akademik tidak memanfaatkan layanan yang tersedia karena berbagai hambatan: tidak tahu keberadaan layanan, malu untuk mencari bantuan, atau persepsi bahwa mencari bantuan adalah tanda

kelemahan. Program yang proaktif dalam menjangkau mahasiswa yang berisiko menunjukkan efektivitas yang lebih tinggi dibandingkan model wait-and-see.

Kebijakan Akademik yang Adaptif

Fleksibilitas dalam kebijakan akademik, seperti kesempatan untuk mengulang mata kuliah, sistem evaluasi yang multiple, dan adanya mekanisme appeal, ditemukan mendukung resiliensi akademik dalam 14 studi. Kebijakan yang rigid dapat memperparah dampak kegagalan akademik dan mengurangi kesempatan untuk pulih.

Interaksi Antar Faktor

Analisis lebih lanjut menunjukkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi akademik tidak bekerja secara independen, melainkan berinteraksi dalam pola yang kompleks. Model struktural yang diuji dalam beberapa studi mengungkapkan bahwa faktor individual seperti efikasi diri dan regulasi emosi bertindak sebagai mediator antara faktor interpersonal (dukungan sosial) dan outcome resiliensi.

Sebagai contoh, dukungan sosial dapat meningkatkan resiliensi akademik secara langsung, tetapi juga secara tidak langsung melalui peningkatan efikasi diri. Mahasiswa yang menerima dukungan emosional dan instrumental dari lingkungan sosial mereka mengembangkan keyakinan yang lebih kuat terhadap kemampuan mereka untuk menghadapi kesulitan akademik, yang pada gilirannya meningkatkan resiliensi.

Temuan lain menunjukkan bahwa faktor institusional dapat memoderasi hubungan antara faktor individual dan resiliensi. Dalam lingkungan institusi yang suportif, bahkan mahasiswa dengan efikasi diri yang relatif rendah masih dapat menunjukkan resiliensi yang baik karena adanya sistem dukungan yang kuat. Sebaliknya, dalam lingkungan yang tidak mendukung, efikasi diri tinggi saja mungkin tidak cukup untuk mempertahankan resiliensi.

Model Integratif

Berdasarkan sintesis temuan dari berbagai studi, penelitian ini mengusulkan model integratif resiliensi akademik yang mengorganisasikan faktor-faktor dalam tiga level yang saling berinteraksi:

Level Mikro (Individual): Faktor-faktor psikologis internal seperti efikasi diri, regulasi emosi, motivasi, mindset, dan orientasi tujuan. Faktor-faktor ini berfungsi sebagai sumber daya psikologis yang dapat diaktivasi ketika menghadapi kesulitan akademik.

Level Meso (Interpersonal): Faktor-faktor relasional seperti dukungan sosial, kualitas hubungan dengan dosen, dan sense of belonging. Faktor-faktor ini menyediakan emotional buffering dan practical support yang memfasilitasi coping terhadap adversitas akademik.

Level Makro (Institusional): Faktor-faktor struktural dan kultural seperti iklim kampus, aksesibilitas layanan, dan kebijakan akademik. Faktor-faktor ini menciptakan konteks yang dapat memfasilitasi atau menghambat pengembangan dan ekspresi resiliensi.

Model ini menekankan bahwa resiliensi akademik adalah hasil dari dynamic interplay antara faktor-faktor pada ketiga level tersebut. Intervensi yang paling efektif adalah yang menangani faktor pada multiple levels secara simultan.

Perbedaan Kontekstual

Analisis komparatif mengungkapkan beberapa perbedaan kontekstual dalam faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi akademik. Studi dari konteks Asia, termasuk Indonesia, menunjukkan peran yang lebih besar dari dukungan keluarga dan nilai-nilai kolektif dalam resiliensi akademik dibandingkan studi dari konteks Barat yang lebih individualistik.

Di Indonesia, faktor religiusitas dan spiritualitas muncul sebagai sumber coping yang penting dalam menghadapi kesulitan akademik. Mahasiswa sering menggunakan praktik religius seperti doa dan membaca kitab suci sebagai strategi untuk mempertahankan harapan dan makna di tengah kesulitan. Temuan ini mengindikasikan pentingnya mempertimbangkan faktor kultural dalam memahami dan mengembangkan resiliensi akademik.

Perbedaan juga terlihat berdasarkan jenjang pendidikan. Untuk siswa SMA, dukungan orang tua dan guru lebih dominan dalam membentuk resiliensi. Untuk mahasiswa sarjana, peer support dan sense of belonging terhadap program studi menjadi lebih penting. Untuk mahasiswa pascasarjana, faktor seperti hubungan dengan pembimbing dan kejelasan jalur karir akademik menjadi lebih menonjol.

4. SIMPULAN

Berdasarkan tinjauan sistematis terhadap 45 studi, penelitian ini menyimpulkan bahwa resiliensi akademik merupakan konstruk multidimensional yang dipengaruhi oleh interaksi kompleks antara faktor individual, interpersonal, dan institusional. Faktor individual yang paling konsisten mempengaruhi resiliensi adalah efikasi diri akademik, regulasi emosi, motivasi intrinsik, dan growth mindset. Pada level interpersonal, dukungan sosial dari berbagai sumber dan kualitas hubungan dengan dosen merupakan faktor protektif yang signifikan. Pada level institusional, iklim kampus yang mendukung dan aksesibilitas layanan dukungan berkontribusi pada resiliensi akademik.

Temuan penting lainnya adalah bahwa faktor-faktor ini tidak bekerja secara independen tetapi berinteraksi dalam pola yang kompleks. Faktor individual sering bertindak sebagai mediator antara faktor kontekstual dan outcome resiliensi. Selain itu, konteks kultural mempengaruhi relevansi relatif dari berbagai faktor, mengindikasikan perlunya pendekatan yang sensitive terhadap konteks dalam mengembangkan program pengembangan resiliensi.

Model integratif yang diusulkan dalam penelitian ini menyediakan kerangka kerja komprehensif untuk memahami resiliensi akademik dan dapat menjadi dasar untuk pengembangan intervensi berbasis evidence. Pendekatan holistik yang menangani faktor pada

multiple levels secara simultan kemungkinan akan lebih efektif dibandingkan intervensi yang hanya fokus pada satu aspek.

Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, sebagai tinjauan literatur, temuan bergantung pada kualitas studi-studi yang ditinjau. Kedua, mayoritas studi yang ditinjau berasal dari konteks Barat yang mungkin membatasi generalisasi.

5. REKOMENDASI

Temuan penelitian ini memiliki beberapa implikasi praktis untuk pengembangan resiliensi akademik di perguruan tinggi:

1. Program Pengembangan Kompetensi Individual: Institusi pendidikan perlu mengembangkan program yang secara eksplisit mengajarkan kompetensi-kompetensi yang mendukung resiliensi seperti regulasi emosi, strategi coping adaptif, dan growth mindset. Program ini dapat diintegrasikan dalam kurikulum atau diselenggarakan sebagai workshop dan pelatihan.
2. Penguatan Sistem Dukungan Sosial: Menciptakan struktur yang memfasilitasi terbentuknya peer support networks, seperti sistem mentoring peer-to-peer, study groups, dan learning communities. Selain itu, training untuk dosen tentang bagaimana memberikan dukungan akademik yang efektif dan membangun hubungan yang positif dengan mahasiswa.
3. Transformasi Iklim Institusional: Mengembangkan budaya kampus yang menormalisasi kesulitan dan kegagalan sebagai bagian dari proses pembelajaran, mengurangi stigma terhadap mencari bantuan, dan mempromosikan nilai-nilai growth mindset di semua level institusi.
4. Early Warning System: Mengembangkan sistem identifikasi dini untuk mahasiswa yang berisiko mengalami kesulitan akademik sehingga intervensi dapat diberikan sebelum masalah menjadi kronis. Sistem ini perlu disertai dengan layanan dukungan yang proaktif dan tidak stigmatisasi.
5. Kebijakan yang Mendukung Recovery: Meninjau dan merevisi kebijakan akademik untuk memastikan bahwa kebijakan tersebut memberikan kesempatan yang adil bagi mahasiswa untuk pulih dari kegagalan akademik, seperti kebijakan grade forgiveness, second chance policies, dan fleksibilitas dalam timeline penyelesaian studi untuk kasus-kasus tertentu.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Académica, R., & F, L. F. R. (2015). *Factors Affecting Academic Resilience in Middle School Students : A Case Study 1*. 11(11), Yendi, F. M., Khairiyah, F. N., Firman, F., Sukm.
- Afifah, N., Purna, R. S., & Sari, L. (2022). *Peran Self Efficacy Akademik terhadap Resiliensi Akademik pada Mahasiswa Tahun Pertama*. Yendi, F. M., Khairiyah, F. N., Firman, F., Sukm.

- Białowolski, P. (2016). *Factors and conditions promoting academic resilience : a TIMSS-based analysis of five Asian education systems*. Yendi, F. M., Khairiyah, F. N., Firman, F., Sukm. <https://doi.org/10.1007/s12564-016-9447-4>
- Chirkina, T., Khavenson, T., Pinskaya, M., & Zvyagintsev, R. (2020). *Factors of student resilience obtained from TIMSS and PISA longitudinal studies*. 30(4), Yendi, F. M., Khairiyah, F. N., Firman, F., Sukm.
- D, J. R. P. (2018). *Academic Stress , Resilience , Peer Relation , and Teacher Support as Predictors of Undergraduates ' Academic Confidence*. 9(27), Yendi, F. M., Khairiyah, F. N., Firman, F., Sukm.
- Downey, J. A. (n.d.). *Indispensable Insight : Children ' s Perspectives on Factors and Mechanisms That Promote Educational Resilience Résumé*. 1(2014), Yendi, F. M., Khairiyah, F. N., Firman, F., Sukm.
- Fitriani, Y., & Gina, F. (2022). *Academic Resilience in Post Pandemic Covid-19 Among College Students* 7(5), Yendi, F. M., Khairiyah, F. N., Firman, F., Sukm.
- Juliyanti, A., & Pujiastuti, H. (2020). Pengaruh Kecemasan Matematis Dan Konsep Diri Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa. *Prima: Jurnal Pendidikan Matematika*, 4(2), 75. <https://doi.org/10.31000/prima.v4i2.2591>
- Jumrah, J., & Anggriani, S. (2022). Pengaruh self confidence terhadap hasil belajar matematika siswa. *Al-Irsyad Journal of Mathematics Education*, 1(2), 28–34.
- Kumalasari, D. (2022). *RESILIENSI AKADEMIK PADA MAHASISWA : BAGAIMANA KAITANNYA DENGAN DUKUNGAN DOSEN ?* 4(1), Yendi, F. M., Khairiyah, F. N., Firman, F., Sukm.
- Liu, Y., & Huang, X. (2021). *Effects of Basic Psychological Needs on Resilience : A Human Agency Model*. 12(August), Yendi, F. M., Khairiyah, F. N., Firman, F., Sukm. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.700035>
- Murray, N. L. (2018). *UKnowledge EXAMINING ACADEMIC RESILIENCE FACTORS AMONG AFRICAN AMERICAN HIGH SCHOOL STUDENTS*. Yendi, F. M., Khairiyah, F. N., Firman, F., Sukm.
- Sari, O. P., & Mediatati, N. (2023). *Students Resilience : The Impact of Online Learning Policies During The Covid-19 Pandemic on Academic Stress*. 12(1), Yendi, F. M., Khairiyah, F. N., Firman, F., Sukm.
- Tipismana, O. (2019). *Factores de Resiliencia y Afrontamiento como Predictores del Rendimiento Académico de los Estudiantes en Universidades Privadas Resilience Factors and Coping as Predictors of Academic Performance of the Students in Private Universities Introducción*. 17(2), Yendi, F. M., Khairiyah, F. N., Firman, F., Sukm.
- Yaghoubi, M., Gilakjani, A. P., & Abbasian, G. R. (2025). *The effect of performance - based assessment on academic resilience , motivation , and teacher support in virtual versus non - virtual classes*. Yendi, F. M., Khairiyah, F. N., Firman, F., Sukm.
- Yan, Y., & Gai, X. (2022). *High Achievers from Low Family Socioeconomic Status Families : Protective Factors for Academically Resilient Students*. Yendi, F. M., Khairiyah, F. N., Firman, F., Sukm.
- Yang, S., & Wang, W. (2022). *The Role of Academic Resilience , Motivational Intensity and Their Relationship in EFL Learners ' Academic Achievement*. 12(January), 1–8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.823537>
- Yendi, F. M., Khairiyah, F. N., Firman, F., & Sukma, D. (2023). *The Relationship Between Peer Social Support and Student Academic Resilience*. 5(1), Yendi, F. M., Khairiyah, F. N., Firman, F., Sukm.