

Hubungan Efikasi Diri Akademik dengan Resiliensi Mahasiswa pada Tahap Penyusunan Skripsi

Bernadeta Clara¹, Prias Hayu Purbaning Tyas²

^{1,2} Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta, Indonesia

INFO ARTIKEL	ABSTRAK
Riwayat artikel: Diterima : 29/07/2026 Direvisi : 11/08/2026 Dipublikasikan : 21/08/2026	Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan efikasi diri akademik dan resiliensi, serta mengidentifikasi tingkat efikasi diri akademik dan resiliensi mahasiswa pada tahap penyusunan skripsi. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif yang bersifat korelasional. Subjek penelitian merupakan 75 mahasiswa yang sedang menyusun skripsi angkatan 2022 Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala efikasi diri akademik (28 item valid, $\alpha = 0,909$) dan skala resiliensi (42 item valid, $\alpha = 0,932$). Analisis data dilakukan dengan korelasi Pearson untuk mengetahui hubungan efikasi diri akademik dan resiliensi, serta kategorisasi skor untuk menentukan tingkat kedua variabel tersebut. Temuan penelitian menunjukkan hubungan positif yang kuat dan signifikan antara efikasi diri akademik dan resiliensi mahasiswa pada tahap penyusunan skripsi ($r = 0,777$, $p < 0,001$), dengan tingkat efikasi diri akademik mahasiswa didominasi oleh kategori tinggi (58,67%) dan tingkat resiliensi mahasiswa juga didominasi oleh kategori tinggi (49,33%). Dengan demikian, hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa tingginya efikasi diri akademik mahasiswa berkaitan dengan tingginya resiliensi mahasiswa dalam menghadapi tantangan selama penyusunan skripsi.
Kata kunci: <i>Efikasi Diri Akademik;</i> <i>Resiliensi;</i> <i>Mahasiswa;</i> <i>Penyusunan Skripsi.</i>	
Penulis Korespondensi: Bernadeta Clara Email: bernadetaclara62@gmail.com	

PENDAHULUAN

Saat memasuki tahap akhir studi di perguruan tinggi, mahasiswa dihadapkan pada tuntutan untuk menyelesaikan skripsi sebagai bagian dari tanggung jawab akademiknya. Selama penyusunan skripsi, mahasiswa sering kali diwarnai oleh berbagai tantangan (Adisya dkk., 2025). Tantangan dapat muncul selama tahapan penyusunan skripsi yang harus dilalui oleh mahasiswa, seperti menentukan topik penelitian, mengambil dan mengolah data, serta menulis hasil penelitian yang secara keseluruhan juga menuntut kemandirian dan tanggung jawab. Selain tuntutan selama proses akademiknya, mahasiswa juga menghadapi tuntutan dari lingkungan sekitar berupa harapan agar segera menyelesaikan studinya. Apabila kedua tuntutan dialami secara bersamaan, dapat menjadi sumber tekanan psikologis bagi mahasiswa.

Hal ini didukung oleh Seto dkk. (2020) yang mengidentifikasi bahwa dalam proses penyelesaian skripsi mahasiswa mengalami stres tinggi, dengan persentase sebesar 77%. Temuan tersebut diperkuat oleh informasi awal melalui wawancara dengan sejumlah mahasiswa angkatan 2022 Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma yang sedang

menyelesaikan skripsi. Hasil wawancara mengidentifikasi bahwa mahasiswa mengalami berbagai tantangan akademik, seperti kesulitan memperoleh referensi yang relevan dan responden pada penelitian. Selain itu, ditemukan juga perasaan tertinggal, kecemasan, dan keraguan terhadap kemampuan diri untuk menyelesaikan skripsi tepat waktu. Sejumlah kondisi tersebut menunjukkan bahwa kemampuan untuk bertahan, beradaptasi, dan menghadapi tantangan akademik diperlukan oleh mahasiswa selama menyusun skripsi.

Salah satu kemampuan psikologis yang relevan dalam membantu mahasiswa menghadapi kondisi tersebut adalah resiliensi. Resiliensi didefinisikan sebagai kemampuan merespons masalah secara adaptif agar dapat menjalani kehidupan dengan positif (Reivich & Shatte dalam Hertinjung dkk., 2022). Dalam konteks perguruan tinggi, resiliensi memiliki peran dalam pengembangan diri mahasiswa karena dapat membantu mengelola tekanan dan usaha menyelesaikan tugas meski dihadapi berbagai hambatan (Irianto dkk., 2021). Dengan demikian, resiliensi dapat dipahami sebagai kemampuan mahasiswa dalam merespons tekanan dan kesulitan secara adaptif selama mengerjakan skripsi.

Meskipun demikian, fenomena yang telah dipaparkan sebelumnya menunjukkan adanya keraguan mahasiswa terhadap kemampuan diri untuk menyelesaikan skripsi. Kondisi ini menegaskan bahwa proses penyusunan skripsi tidak hanya berkaitan dengan kemampuan mahasiswa dalam menghadapi kesulitan, tetapi juga dengan keyakinan terhadap kemampuan akademik mahasiswa. Keyakinan pada kemampuan diri tersebut berkaitan dengan teori efikasi diri yang dipelopori oleh Albert Bandura.

Bandura (1997) menyatakan efikasi diri merupakan keyakinan diri individu untuk bertindak secara tepat dalam meraih tujuan. Dalam lingkup pendidikan, efikasi diri diterapkan secara lebih spesifik melalui efikasi diri akademik. Penggunaan istilah efikasi diri akademik dianggap lebih relevan dibandingkan secara umum karena memiliki makna yang sesuai dengan konteksnya (Ahmadi, 2020). Efikasi diri akademik merujuk pada kepercayaan individu terhadap kapasitas diri untuk menuntaskan tugas, mendapatkan hasil yang diharapkan, dan menghadapi tekanan akademik (Bandura dalam Wahyukencana & Utami, 2024). Sejalan dengan definisi tersebut, Rambe (dalam Fatmawati & Laksmiwati, 2022) juga menjelaskan bahwa keyakinan pada kemampuan diri tersebut dapat memengaruhi respons individu, seperti besar usaha yang dikerahkan dan daya tahan dalam menghadapi kesulitan.

Berdasarkan uraian sebelumnya, dapat dipahami bahwa efikasi diri akademik merupakan keyakinan mahasiswa terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tuntutan akademik. Keyakinan tersebut dapat tercermin dari cara dan usaha yang akan dilakukan mahasiswa ketika menghadapi kesulitan selama menyelesaikan tugas akademik. Oleh karena itu, efikasi diri akademik diduga memiliki hubungan dengan resiliensi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Sejumlah penelitian terdahulu telah mengkaji hubungan antara efikasi diri akademik dan resiliensi pada kelompok subjek dengan karakteristik beragam. Salim dan Fakhurrozi (2020) menemukan adanya hubungan positif signifikan antara efikasi diri akademik dan resiliensi pada mahasiswa secara umum. Sementara itu, Aurellia (2025) juga mengidentifikasi hubungan positif yang kuat antara efikasi diri secara umum dengan resiliensi pada individu dewasa awal. Meskipun demikian, penelitian yang secara khusus menganalisis hubungan efikasi diri akademik dan resiliensi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi masih terbatas.

Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan mengkaji hubungan antara efikasi diri akademik dan resiliensi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Konteks ini penting untuk dikaji karena penyusunan skripsi menuntut mahasiswa untuk bekerja secara mandiri dan bertanggung jawab, serta menghadapi tantangan selama proses penyelesaiannya. Hasil penelitian ini diharapkan dapat melengkapi kajian mengenai hubungan kedua variabel tersebut, khususnya pada karakteristik konteks tuntutan akademik subjek yang lebih spesifik, serta memberikan gambaran mengenai tingkat efikasi diri akademik dan resiliensi mahasiswa pada tahap penyusunan skripsi, serta menjadi dasar pengembangan dukungan bagi mahasiswa. Mengacu pada uraian sebelumnya, rumusan

masalah yang diajukan pada penelitian ini mengarah pada analisis keterkaitan antara efikasi diri akademik dengan resiliensi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Adapun, tujuan yang ingin dicapai pada penelitian ini, yaitu menganalisis hubungan kedua variabel tersebut pada mahasiswa tahap penyusunan skripsi, serta mendeskripsikan tingkat efikasi diri akademik dan resiliensi mahasiswa pada tahap penyusunan skripsi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif desain korelasi guna menganalisis hubungan antara efikasi diri akademik dan resiliensi. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa angkatan 2022 Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma. Dari populasi tersebut, diperoleh 75 mahasiswa sebagai subjek penelitian. Pemilihan subjek didasari oleh relevansi kondisi subjek dengan fokus penelitian. Teknik penetapan subjek dilakukan dengan *convenience sampling*, yaitu dengan melibatkan anggota dari populasi berdasarkan keterjangkauan dan kesediaan untuk berpartisipasi dalam penelitian. Teknik ini digunakan karena tidak seluruh anggota populasi bersedia terlibat sehingga hasil dari penelitian tidak dapat digeneralisasikan secara luas.

Instrumen penelitian berupa kuesioner dengan format skala Likert yang mencakup skala efikasi diri akademik dan skala resiliensi. Penyusunan instrumen dilakukan dengan mengacu pada dimensi kedua variabel. Untuk skala efikasi diri akademik merujuk pada teori Bandura (dalam Lutfi & Setyawati, 2023) yang menyatakan tiga dimensi utama, yaitu tingkat kesulitan tugas, keadaan yang umum, dan tingkat kekuatan, sedangkan skala resiliensi berlandaskan teori Reivich dan Shatte (dalam Dewinda dkk., 2024) yang terdiri dari tujuh dimensi, yaitu regulasi emosi, pengendalian impuls, optimis, analisis kausal, empati, efikasi diri, dan keterjangkauan. Setiap dimensi pada kedua variabel kemudian dijabarkan ke dalam indikator yang mewakili masing-masing dimensi, kemudian dikembangkan ke dalam item pernyataan sesuai dengan konteks mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dan terdiri dari item *favourable* dan *unfavourable*.

Sebelum dilakukan analisis data penelitian, kedua instrumen diuji coba sebagai tahap awal untuk menilai validitas dan reliabilitasnya menggunakan bantuan aplikasi *Jeffrey's Amazing Statistics (JASP)* versi 0.98.1. Berdasarkan uji validitas yang telah dilakukan, menunjukkan hasil 28 item pernyataan valid pada skala efikasi diri akademik dan 42 item pernyataan valid pada skala resiliensi. Selanjutnya, seluruh item valid diuji reliabilitasnya dengan teknik Cronbach's Alpha. Hasil analisis reliabilitas skala efikasi diri akademik dan skala resiliensi ditampilkan pada Tabel 1 dan Tabel 2 berikut.

Table 1. Uji Reliabilitas Skala Efikasi Diri Akademik

Frequentist Scale Reliability Statistics	
<i>Estimate</i>	Cronbach's
<i>Point Estimate</i>	0,909

Table 2. Uji Reliabilitas Skala Resiliensi

Frequentist Scale Reliability Statistics	
<i>Estimate</i>	Cronbach's
<i>Point Estimate</i>	0,932

Uji reliabilitas pada kedua skala tersebut menunjukkan nilai hasil 0,909 untuk skala efikasi diri akademik dan nilai 0,932 untuk skala resiliensi. Kedua nilai koefisien Cronbach's Alpha tersebut tergolong dalam kategori sangat tinggi, sehingga skala efikasi diri akademik dan skala

resiliensi dinyatakan telah memenuhi kriteria reliabilitas sebagai alat ukur yang layak dan dapat digunakan pada penelitian ini. Setelah data penelitian terkumpul, untuk memperoleh gambaran mengenai tingkat efikasi diri akademik dan resiliensi pada mahasiswa yang menyusun skripsi dilakukan analisis dengan teknik deskriptif, kemudian dilanjutkan juga dengan menguji hipotesis dengan korelasi Pearson.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hubungan antara Efikasi Diri Akademik dengan Resiliensi Mahasiswa pada Tahap Penyusunan Skripsi

Hasil analisis mengenai hubungan antara efikasi diri akademik dan resiliensi mahasiswa pada tahap penyusunan skripsi dengan korelasi Pearson ditampilkan pada Tabel 3 berikut.

Table 3. Hasil Uji Korelasi

<i>Pearson's Correlation</i>			
		Pearson's <i>r</i>	<i>p</i>
EFIKASI DIRI AKADEMIK	- RESILIENSI	0,777***	< 0,001
* <i>p</i> < .05, ** <i>p</i> < .01, *** <i>p</i> < .001			

Uji korelasi menunjukkan perolehan nilai *r* sebesar 0,77 dan *p* < 0,001 yang menandakan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri akademik dan resiliensi, dengan tingkat kekuatan hubungan termasuk kuat. Hal tersebut menunjukkan bahwa efikasi diri akademik yang tinggi berkaitan dengan resiliensi tinggi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Akan terjadi sebaliknya, efikasi diri akademik yang rendah berkaitan dengan resiliensi yang rendah pada mahasiswa.

Secara lebih mendalam, hubungan positif dari kedua variabel tersebut dapat dipahami melalui teori Bandura (dalam Putra & Ahmad, 2020) menjelaskan bahwa efikasi diri akademik menggambarkan keyakinan pada kemampuan diri dalam menjalankan tuntutan selama proses pendidikan. Berdasarkan uraian tersebut, dalam konteks mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dan memiliki keyakinan pada kapasitas diri yang baik akan meyakini dirinya mampu menghadapi dan menuntaskan beragam kesulitan yang muncul. Hal ini sejalan dengan Syalviana (2021) menyatakan bahwa mahasiswa yang memiliki kepercayaan pada kemampuannya akan menunjukkan upaya dan keseriusan dalam menghadapi kesulitan dalam menyelesaikan tugas. Dengan demikian, efikasi diri akademik yang dimiliki mahasiswa pada tahap penyusunan skripsi berkaitan dengan keyakinan pada kemampuan diri untuk memenuhi tuntutan akademik dan tampak dari usaha dan kesungguhan mahasiswa dalam menghadapi berbagai hambatan.

Namun, usaha yang dilakukan mahasiswa dalam menghadapi tantangan akademik selama penyusunan skripsi tidak hanya berkaitan dengan keyakinan pada kemampuan diri untuk mempertahankan usaha, tetapi juga berkaitan dengan keterampilan bertahan dan mengelola kesulitan yang dihadapi dalam proses menulis skripsi. Keterampilan bertahan pada kondisi kurang menyenangkan tersebut dipahami sebagai resiliensi. Menurut Reivich dan Shatte (dalam Salsabila & Minarni, 2025) menegaskan resiliensi merupakan kapabilitas individu melalui situasi sulit dengan berusaha bangkit dan menyesuaikan diri. Berhubungan dengan hal tersebut, Pautina dkk., (2022) menyatakan bahwa mahasiswa yang memiliki resiliensi akan terwujud dalam kemampuan bertahan dan beradaptasi dalam segala kondisi. Atas dasar uraian tersebut, dapat dipahami bahwa efikasi diri akademik dan resiliensi menjadi dua konstruk psikologis yang berkaitan dalam proses mahasiswa menghadapi tuntutan penyusunan skripsi. Efikasi diri akademik sebagai keyakinan pada kemampuan diri yang berkaitan dengan usaha yang dilakukan mahasiswa untuk menghadapi tantangan akademik agar terselesaikan skripsi dan resiliensi menjadi kemampuan bertahan dan penyesuaian diri terhadap kesulitan yang muncul selama proses tersebut.

Hasil studi terdahulu yang dilakukan oleh Salim dan Fakhurrozi (2020) pun menunjukkan adanya hubungan positif signifikan antara efikasi diri akademik dan resiliensi sehingga mahasiswa dengan keyakinan pada kemampuan diri dibidang akademik tinggi mampu bertahan menghadapi berbagai tantangan di perguruan tinggi. Selain itu, hasil penelitian dengan konstruk dan konteks berbeda yang ditemukan oleh Aroyo (2026) mengidentifikasi terdapat hubungan positif antara efikasi diri dengan resiliensi akademik siswa yang menandakan bahwa semakin tinggi efikasi diri akan semakin tinggi pula resiliensi akademik siswa. Kajian yang dilakukan oleh Aurellia (2025) turut mengungkapkan hubungan positif signifikan kuat antara efikasi diri dengan resiliensi pada kelompok dewasa awal.

Meskipun hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara efikasi diri akademik dan resiliensi, perlu ditegaskan bahwa efikasi diri akademik dan efikasi diri yang menjadi bagian dari dimensi resiliensi memiliki konsep yang berbeda. Efikasi diri pada dimensi resiliensi merupakan keyakinan seseorang dalam menyelesaikan masalah dan meraih keberhasilan (Kirana, Agustini, & Rista, 2022), sedangkan efikasi diri akademik memiliki definisi sebagai kepercayaan individu dalam mencapai kinerja bidang akademik (Estrada-Araoz et al., 2025). Oleh karena itu, kedua konsep tersebut hanya memiliki kesamaan pada definisi keyakinan terhadap kemampuan diri, tetapi berbeda pada ruang lingkupnya.

Dengan demikian, temuan mengenai hubungan positif antara efikasi diri akademik dan resiliensi mahasiswa pada tahap menyusun skripsi dapat menjadi pertimbangan bagi program studi, dosen pembimbing, maupun pihak lain yang memberikan pendampingan kepada mahasiswa terkait keyakinan pada kemampuan diri dan kemampuan bertahan mahasiswa selama mengerjakan skripsi. Pendampingan dapat diarahkan dalam bentuk penetapan target pengerjaan skripsi yang realistis dan bertahap, pencatatan serta evaluasi perkembangan sebagai acuan mahasiswa untuk mengenali kemampuan diri dan mempertahankan usaha, serta mengidentifikasi hambatan dan strategi yang dapat dilakukan untuk mengatasinya. Selain itu, dukungan dari dosen pembimbing, keluarga, dan teman sebaya dapat memberikan umpan balik secara konstruktif dan dukungan verbal sesuai dengan kebutuhan dan kondisi mahasiswa.

2. Tingkat Efikasi Diri Akademik Mahasiswa pada Tahap Penyusunan Skripsi

Selain itu, hasil dari penelitian ini juga mengidentifikasi tingkat efikasi diri akademik mahasiswa pada tahap penyusunan skripsi angkatan 2022 Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma yang disajikan pada Tabel 4 berikut.

Table 4. Hasil Kategorisasi Subjek Efikasi Diri Akademik

Norma	Interval	Frekuensi Responden	Presentase Frekuensi	Kategori
$\mu + 1,5(\sigma) < x$	$91 < x$	15	20%	Sangat Tinggi
$\mu + 0,5(\sigma) < x \leq \mu + 1,5(\sigma)$	$77 < x \leq 91$	44	58,67%	Tinggi
$\mu - 0,5(\sigma) < x \leq \mu + 0,5(\sigma)$	$63 < x \leq 77$	15	20%	Sedang
$\mu - 1,5(\sigma) < x \leq \mu - 0,5(\sigma)$	$49 < x \leq 63$	1	1,33%	Rendah
$x \leq \mu - 1,5(\sigma)$	$x \leq 49$	0	0%	Sangat Rendah

Hasil capaian kategorisasi subjek tingkat efikasi diri akademik terhadap 75 mahasiswa pada tahap penyusunan skripsi angkatan 2022 Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma didapati 15 mahasiswa (20%) tergolong dalam kategori sangat tinggi, 44 mahasiswa (58,67%) termasuk kategori tinggi, 15 mahasiswa (20%) termasuk kategori sedang,

1 mahasiswa (1,33%) termasuk kategori rendah, dan tidak ditemukan mahasiswa yang termasuk kategori sangat rendah. Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa pada tahap penyusunan skripsi angkatan 2022 Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma didominasi oleh kategori tinggi.

Tingginya efikasi diri akademik pada mahasiswa tahap penyusunan skripsi mengindikasikan bahwa mahasiswa memiliki keyakinan terhadap kemampuan akademiknya. Hal ini sejalan dengan Warsito dalam (Putra & Ahmad, 2020) menjelaskan bahwa individu yang memiliki efikasi diri akademik tinggi akan berusaha optimal dalam menyelesaikan tugas dan tidak mudah menyerah dalam menghadapi hambatan. Selain itu, Bandura (dalam Salim & Fakhurrozi, 2020) menyatakan efikasi diri akademik yang tinggi menandakan mahasiswa mampu meyakini kemampuannya untuk menghadapi dan melewati kondisi sulit dalam perjalanan akademik.

Di samping itu, tingginya efikasi diri akademik pada mahasiswa dapat dipengaruhi oleh pengalaman keberhasilan, pengalaman mengamati orang lain, kondisi fisiologis dan emosional, serta dukungan dari lingkungan sekitar (Abeliana, 2026). Dengan demikian, pada konteks penyusunan skripsi, pengalaman mahasiswa yang mampu menyelesaikan berbagai tugas akademik pada semester sebelumnya dan dukungan dari lingkungan sekitar menjadi salah satu sumber penguatan dalam menyelesaikan skripsinya. Mayalianti dkk. (2024) juga menegaskan bahwa dukungan sosial dapat membantu mahasiswa dalam menghadapi permasalahan akademik.

Kendati demikian, masih ditemukan 15 mahasiswa (20%) pada kategori sedang dan 1 mahasiswa (1,33%) pada kategori rendah yang menunjukkan bahwa keyakinan terhadap kemampuan akademik belum sepenuhnya optimal pada sebagian mahasiswa. Hal ini dapat dipahami dalam kaitannya dengan perbedaan pengalaman keberhasilan, keyakinan pada kemampuan dalam menghadapi berbagai jenis tuntutan akademik, maupun kondisi fisiologis dan emosional mahasiswa ketika menghadapi hambatan. Namun, kondisi tersebut belum diteliti lebih lanjut dalam penelitian ini.

3. Tingkat Resiliensi Mahasiswa pada Tahap Penyusunan Skripsi

Sementara itu, hasil analisis tingkat resiliensi mahasiswa pada tahap penyusunan skripsi angkatan 2022 Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma ditampilkan pada Tabel 5 berikut.

Table 5. Hasil Kategorisasi Subjek Resiliensi

Norma	Interval	Frekuensi Responden	Presentase Frekuensi	Kategori
$\mu + 1,5(\sigma) < x$	$136,5 < x$	23	29,33%	Sangat Tinggi
$\mu + 0,5(\sigma) < x \leq \mu + 1,5(\sigma)$	$115,5 < x \leq 136,5$	37	49,33%	Tinggi
$\mu - 0,5(\sigma) < x \leq \mu + 0,5(\sigma)$	$94,5 < x \leq 115,5$	15	21,33%	Sedang
$\mu - 1,5(\sigma) < x \leq \mu - 0,5(\sigma)$	$73,5 < x \leq 94,6$	0	0%	Rendah
$x \leq \mu - 1,5(\sigma)$	$x \leq 73,5$	0	0%	Sangat Rendah

Berdasarkan hasil capaian kategorisasi subjek tingkat resiliensi terhadap 75 mahasiswa pada tahap penyusunan skripsi angkatan 2022 Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma menunjukkan 23 mahasiswa (29,33%) termasuk kategori sangat tinggi, 37 mahasiswa (49,33%) termasuk kategori tinggi, 15 mahasiswa (21,33%) termasuk kategori

rendah, dan tidak dijumpai mahasiswa yang termasuk kategori rendah maupun sangat rendah. Dengan demikian, sebagian besar mahasiswa pada tahap penyusunan skripsi angkatan 2022 Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma didominasi oleh kategori tinggi.

Tingginya resiliensi mahasiswa pada tahap penyusunan skripsi mengindikasikan bahwa mahasiswa mampu menghadapi tekanan (Wijianti & Purwaningtyas, 2020). Sejalan dengan hal tersebut, Adni dkk. (2024) menyatakan bahwa mahasiswa yang memiliki resiliensi tinggi mampu merespons hambatan melalui perilaku adaptif. Dengan demikian, dalam konteks penyusunan skripsi kemampuan tersebut dapat tampak dari kemampuan mahasiswa untuk tetap melanjutkan pengerjaan ketika mengalami kebuntuan, menghadapi revisi, dan memandang tantangan sebagai bagian dari proses belajarnya.

Kendati demikian, ditemukannya 16 mahasiswa (21,33%) pada kategori sedang menunjukkan bahwa kemampuan menghadapi dan bangkit dari kesulitan belum sepenuhnya optimal pada sebagian mahasiswa. Hal ini dapat dipahami dalam kaitannya dengan perbedaan pengalaman menghadapi tekanan, kemampuan mengelola diri dalam kondisi sulit, serta dukungan yang diperoleh dari lingkungan sekitar. Bule (2026) menemukan bahwa dukungan sosial dapat membentuk resiliensi mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi tuntutan dan tekanan akademik. Sejalan dengan hal tersebut, Kusumawati dkk. (2026) juga menegaskan bahwa dukungan dari keluarga dan teman dapat membantu individu untuk merasa lebih aman secara emosional ketika menghadapi tekanan. Namun, kondisi tersebut belum diteliti lebih lanjut dalam penelitian ini.

KESIMPULAN

Temuan pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan dan kuat antara efikasi diri akademik dan resiliensi pada mahasiswa tahap penyusunan skripsi ($r = 0,777; p < 0,001$), tingginya efikasi diri akademik pada mahasiswa, semakin tinggi pula resiliensi mahasiswa. Sebagian besar mahasiswa pada tahap penyusunan skripsi berada pada kategori tinggi, efikasi diri akademik (58,67%) dan resiliensi (49,33%). Meskipun demikian, masih ditemukan sebagian kecil mahasiswa pada kategori sedang dan rendah pada kedua variabel. Oleh karena itu, temuan ini dapat menjadi dasar bagi program studi dan dosen pembimbing untuk mempertimbangkan penyelenggaraan *peer support group* bagi mahasiswa tahap penyusunan skripsi guna membantu mahasiswa saling berbagi pengalaman dan strategi mengerjakan skripsi yang dapat mengembangkan keyakinan pada kemampuan diri dan daya tahan mahasiswa. Penelitian ini memiliki keterbatasan pada teknik *convenience sampling* yang membatasi generalisasi hasil dan belum dikajinya faktor-faktor spesifik yang memengaruhi tingkat hasil pada kedua variabel sehingga bagi peneliti selanjutnya disarankan menggunakan teknik pengambilan sampel lain, mengkaji faktor tersebut lebih mendalam, dan menetapkan batasan konseptual antara efikasi diri akademik dan efikasi diri sebagai dimensi dari resiliensi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis ngutarakan banyak terima kasih kepada dosen pembimbing yang secara tulus hati memberikan berbagai masukan selama kegiatan penelitian ini dilaksanakan. Tidak lupa juga, diucapkan terima kasih kepada seluruh mahasiswa angkatan 2022 Prodi Bimbingan dan Konseling atas kesediaan meluangkan waktu untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abeliana, T. P. (2026). *Dinamika efikasi diri akademik mahasiswa psikologi yang sedang mengerjakan skripsi dan terlewat lulus tepat waktu* [Universitas Gadjah Mada]. <http://etd.repository.ugm.ac.id/>
- Adisya, S. R., Satiadarma, M. P., & Subroto, U. (2025). Hubungan antara self-compassion dan resiliensi pada mahasiswa perantau tingkat akhir. *Jurnal Mahasiswa Humanis*, 5(1), 257–272. <https://doi.org/https://doi.org/10.37481/jmh.v5i1.1161>
- Adni, A., Susani, Y. P., Sari, D. P., & Elizar, L. J. A. (2024). Kajian literatur: Resiliensi sebagai variabel psikologis yang berperan penting dalam proses pendidikan mahasiswa

- kedokteran. *Ibnu Sina: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 23(2), 145–154. <https://doi.org/https://doi.org/10.30743/ibnusina.v23i2.640>
- Ahmadi, S. (2020). Academic self-esteem, academic self-efficacy and academic achievement: A path analysis. *Journal of Forensic Psychology*, 5(1), 155. <https://doi.org/10.35248/2475-319X.19.5.155>
- Aroyo, A. Z. (2026). *Hubungan efikasi diri dengan resiliensi akademik pada remaja SMAN 2 Padang* [Universitas Andalas]. <http://scholar.unand.ac.id/id/eprint/523957>
- Aurellia, S. N. (2025). *Hubungan antara efikasi diri dengan resiliensi pada usia dewasa awal*. Universitas Sanata Dharma.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman.
- Bule, N. F. P., & Priyanggasari, S. T. Al. (2026). Dukungan sosial keluarga dan resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir. *Journal of Artificial Intelligence and Digital Business (RIGGS)*, 5(1), 14723–14735. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/riggs.v5i1.8107>
- Dewinda, R. H., Fitria, L., & Wijaya, I. (2024). *Resiliensi remaja* (I. Wijaya, Ed.). Scopindo Media Pustaka. <https://books.google.co.id/books?id=KPn8EAAQBAJ&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>
- Estrada-Araoz, E. G., Mamani-Roque, M., Quispe-Aquise, J., Manrique-Jaramillo, Y. V., & Cruz-Laricano, E. O. (2025). Academic self-efficacy and dependence on artificial intelligence in a sample of university students. *Sapienza*, 6(1), 1–9. <https://doi.org/10.51798/sijis.v6i1.916>
- Fatmawati, J., & Laksmiwati, H. (2022). Hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi ujian skripsi pada mahasiswa. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(8), 63–73. <https://doi.org/https://doi.org/10.26740/cjpp.v9i8.49470>
- Hertinjung, W. S., Yuwono, S., Partini, P., Laksita, A. K., Ramandani, A. A., & Kencana, S. S. (2022). Faktor-faktor yang memengaruhi resiliensi remaja di masa pandemi. *Proyeksi*, 17(2), 60–71. <https://doi.org/https://doi.org/10.30659/jp.17.2.60-71>
- Irianto, M. A., Rahman, F., & Abdillah, H. Z. (2021). Konsep diri sebagai prediktor resiliensi pada mahasiswa. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 10(1), 1–10. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v10i1.4120>
- Kirana, A., Agustini, A., & Rista, E. (2022). Resiliensi dan stres akademik mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di Universitas X Jakarta Barat. *Provita: Jurnal Psikologi Pendidikan*, 15(1), 27–50. <https://doi.org/https://doi.org/10.24912/provita.v15i1.18379>
- Kusumawati, R. T. A. A., Prasetyo, Y., & Sofiah, D. (2026). Hubungan antara optimisme dan dukungan sosial dengan resiliensi pada pekerja coffee shop generasi Z di Surabaya. *Journal of Artificial Intelligence and Digital Business (RIGGS)*, 4(4), 13787–13796. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/riggs.v4i4.5887>
- Lutfi M., A. D., & Setyawati, S. P. (2023). Peran self efikasi akademik dan keterikatan akademik dalam mencapai prestasi akademik. *SEMDIKJAR (Seminar Nasional Pendidikan Dan Pembelajaran)*, 6, 1163–1173.
- Mayalianti, R. A., Fatimahtuzzahro, L., & Maryana. (2024). Self-efficacy akademik pada mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Zona Psikologi*, 6(3).
- Pautina, A. R., Usman, I., & Pautina, M. R. (2022). Resiliensi mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo di masa pandemi Covid-19. *Pedagogika*, 13(1), 16–23.
- Putra, A. H., & Ahmad, R. (2020). Improving academic self-efficacy in reducing first-year student academic stress. *Jurnal Neo Konseling*, 2(2). <https://doi.org/10.24036/00268kons2020>
- Salim, F., & Fakhurrozi, M. (2020). Efikasi diri akademik dan resiliensi pada mahasiswa. *Jurnal*

Psikologi, 16(2), 175–187. <https://doi.org/https://doi.org/10.24014/jp.v16i2.9718>

- Salsabila, A., & Minarni, M. (2025). Deskriptif kesejahteraan psikologis pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Psikologi Karakter*, 5(1), 104–110. <https://doi.org/10.56326/jpk.v5i1.5835>
- Seto, S. B., Wondo, M. T. S., & Mei, M. F. (2020). Hubungan motivasi terhadap tingkat stress mahasiswa dalam menulis tugas akhir (skripsi). *Jurnal Basicedu*, 4(3), 733–739. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v4i3.431>
- Syalviana, E. (2021). Efikasi diri akademik dalam menghadapi tuntutan perkuliahan pada mahasiswa. *Journal of Behavior and Mental Health*, 2(2), 211–218. <https://doi.org/https://doi.org/10.30984/jiva.v2i2.1773>
- Wahyukencana, D. A., & Utami, N. I. (2024). Growth mindset dan efikasi diri akademik pada mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Edukatif*, 10(1), 18–28. <https://doi.org/10.37567/jie.v10i1.2759>
- Wijianti, D. K. A., & Purwaningtyas, F. D. (2020). Coping stres, resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Psikologi Wijaya Putra (PSIKOWIPA)*, 1(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.38156/psikowipa.v1i2.35>