

BAB II

KAJIAN PUSTAKA DAN LANDASAN TEORI

A. Kajian Pustaka

Sejauh pemahaman peneliti dan selepas peneliti mencari judul Penelitian yang terdapat di perpustakaan Program Studi Bimbingan Konseling Islam (BKI) IAIN Ambon dan Melakukan pencarian melalui google internet diketahui maka tidak terdapat Penelitian yang memiliki judul sama dengan yang akan dilakukan oleh peneliti Dengan judul “Studi Kasus Resiliensi Mahasiswa Suku Huaulu Di IAIN Ambon”. Akan tetapi terdapat penelitian yang mirip atau berkaitan dengan Parameter penelitian, dimana parameter tersebut mengarah pada aspek resiliensi. Penjelasan singkat terkait persamaan dan Perbedaan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti dengan yang telah dilakukan oleh peneliti lain adalah sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Bella Yugi Fazay dengan judul “Tingkat resiliensi mahasiswa perantau di jurusan bimbingan konseling” tahun 2019. Hasil penelitian menunjukkan Bahwa sebanyak 74 orang mahasiswa perantau atau sekitar 62% dari seluruh sampel Memiliki nilai total skor terkategori sedang. Selain itu diketahui dari 7 aspek Resiliensi mahasiswa perantau, terdapat dua aspek dengan nilai terendah namun Dalam jumlah sampel terbanyak yaitu aspek efikasi diri (100%) dan aspek control Terhadap implus (61%). Hasil analisis tingkat resiliensi berdasarkan kelompok Gender, etnis, kelas sosial (pendapatan sebulan), status pernikahan dan tingkat tahun Angkatan tidak menunjukkan tingkat perbedaan yang signifikan. Mayoritas

pada Masing-masing kelompok memiliki tingkat resiliensi yang sedang. Penulis mengambil penelitian Bella Yugi Fazay karena memiliki persamaan dalam Membahas aspek resiliensi dan objek penelitian yang adalah mahasiswa perantau. Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis adalah pada penelitian ini tidak menjelaskan secara spesifik daerah perantau yang di maksud. Sedangkan pada penelitian penulis, secara jelas objek penelitiannya adalah mahasiswa suku Huaulu. Kemudian perbedaannya juga adalah pada penelitian ini menggali mengenai aspek resiliensi sedangkan penelitian penulis menggali tentang dimensi resiliensi dan peran resiliensi terhadap proses akademik.¹³

2. Penelitian yang dilakukan oleh Rivdya Eliza, Nita Putri Utami, Selvi Warahmah, Betri Wendra. Dengan judul penelitian “ Resiliensi mahasiswa calon guru matematika di PTKIN terhadap high order thinking sklils” tahun 2023. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan resiliensi mahasiswa Tadris Matematika PTKIN Se-Sumatera Tengah. Hasil Penelitian menunjukkan bahwa rata-rata angket resiliensi mahasiswa Tadris Matematika PTKIN Se-Sumatera Bagian Tengah tergolong sedang dengan nilai 72.17, artinya mahasiswa sudah mulai terbiasa Dan percaya diri dalam mengerjakan soal *High Order Thinking Skills* (HOTS) yang tentunya akan Berpengaruh terhadap nilai HOTS. Penulis mengambil penelitian ini sebagai kajian pustaka karena memiliki persamaan dalam aspek resiliensi mahasiswa. Adapun

¹³ Bella Yugi Fazay, “Tingkat resiliensi mahasiswa perantau di jurusan bimbingan konseling”, *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Hal.123-124, Tahun 2019

perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis adalah subjek dalam penelitian ini mahasiswa calon guru matematika sedangkan pada penelitian penulis subjeknya adalah mahasiswa suku Huaulu. Selanjutnya pada penelitian ini bertujuan mendeskripsikan resiliensi mahasiswa calon guru matematika sedangkan penelitian penulis adalah menggali tentang dimensi dan peran resiliensi mahasiswa suku Huaulu.¹⁴

3. Penelitian yang dilakukan oleh Desy Agustina dengan judul penelitian “Resiliensi Pada Mahasiswa Yatim (Studi Kasus tentang Resiliensi pada Mahasiswa Yatim di Universitas Negeri Yogyakarta) tahun 2021. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan gambaran resiliensi pada mahasiswa yatim. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: 1) regulasi emosi pada ketiga subyek adalah sikap diam dan menyadari dalam menghadapi masalah; 2) pengendalian gerak yang dilakukan TT dan NN mampu menjalani kehidupan tanpa merasa terbebani, sedangkan TW merasa terbebani setelah ayahnya meninggal; 3) TT dan NN memiliki rasa optimis, sedangkan TW belum memiliki rasa optimis dalam dirinya; 4) NN dan TW merasakan kehidupannya lebih berat ketika ayahnya meninggal, sedangkan TT dapat menerima keadaan; 5) rasa empati TT dan NN terlihat melalui sikap membantu orang lain ketika dibutuhkan, sedangkan TW cuek, dan tidak peduli dengan masalah oranglain; 6) Subyek TT dan NN menunjukkan kemampuan efikasi diri melalui cara yang efektif dalam menyelesaikan permasalahan yang menimpanya

¹⁴ Rivdya Eliza, Nita Putri Utami, Selvi Warahmah, Betri Wendra, “Resiliensi mahasiswa calon guru matematika di PTKIN terhadap high order thinking sklils”, *Jurnal prodi pendidikan matematika*, Vol.12, No,1, Hal. 1568, Tahun 2023

sedangkan TW cenderung memiliki sikap negatif ketika menyelesaikan permasalahan yang terjadi pada dirinya; dan 7) ketiga subyek sudah mempunyai pencapaian dalam hidup, ditunjukkan melalui adanya tujuan hidup, mampu mengambil hikmah, serta memotivasi untuk kehidupannya. Penulis mengambil penelitian ini sebagai kajian pustaka karena memiliki persamaan dalam aspek resiliensi mahasiswa. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis adalah subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa yatim, sedangkan pada penelitian penulis subjeknya adalah mahasiswa suku Huauulu. Selanjutnya pada penelitian ini bertujuan mendeskripsikan resiliensi mahasiswa yatim sedangkan penelitian penulis adalah menggali tentang dimensi dan peran resiliensi mahasiswa suku Huauulu.¹⁵

4. Penelitian yang dilakukan oleh Tzanilfanid Dhuha, Suroso, Isrida Yul Arfiana dengan judul penelitian “ Resiliensi Mahasiswa Perantau: Bagaimana Peranan Dukungan Sosial? “ tahun 2023. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui dan menganalisis hubungan dukungan sosial dengan resiliensi mahasiswa perantau di kota Surabaya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan resiliensi mahasiswa Perantau. Maka, semakin tinggi dukungan sosial yang diterima oleh Mahasiswa perantau, akan semakin tinggi pula tingkat resiliensinya, begitu pula sebaliknya. Penulis mengambil penelitian ini

¹⁵ Desy Agustina , “Resiliensi Pada Mahasiswa Yatim (Studi Kasus tentang Resiliensi pada Mahasiswa Yatim di Universitas Negeri Yogyakarta)”, *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, V. 7, No.1, Hal.43-44, Tahun 2021

sebagai kajian pustaka karena memiliki persamaan dalam aspek resiliensi mahasiswa. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis adalah subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa perantau umum, sedangkan pada penelitian penulis subjeknya adalah mahasiswa suku Huaulu. Selanjutnya pada penelitian ini bertujuan mengetahui dan menganalisis hubungan dukungan sosial dengan resiliensi mahasiswa perantau, sedangkan penelitian penulis adalah menggali tentang dimensi dan peran resiliensi mahasiswa suku Huaulu.¹⁶

5. Penelitian yang dilakukan oleh Feti Astuti dan Triana Noor Edwina DS dengan judul penelitian “Resiliensi Pada Mahasiswa Tahun Pertama Program Kelas Karyawan Ditinjau Dari Konsep Diri” . Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara konsep diri dengan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama program kelas karyawan. Dari hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa konsep diri memiliki kontribusi positif terhadap resiliensi sehingga semakin tinggi konsep diri maka semakin tinggi pula resiliensi. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis adalah subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa umum, sedangkan pada penelitian penulis subjeknya adalah mahasiswa suku Huaulu. Selanjutnya pada penelitian ini bertujuan mengetahui Resiliensi ditinjau dari konsep diri, sedangkan penelitian penulis adalah menggali tentang dimensi dan peran resiliensi mahasiswa suku Huaulu.

¹⁶ Tzanilfanid Dhuha, Suroso, Isrida Yul Arfiana, “Resiliensi mahasiswa perantau: bagaimana peranan dukungan sosial? “. *Journal of Psychological Research*, Vol.3, No.1, Hal.105, 2023

B. Landasan Teori

1. Konsep Resiliensi

a. Definisi Resiliensi

Penelitian Bela Yugi Fazay, Jhon Echlos dan Hasan Shadily mengemukakan, resiliensi berasal dari sebuah istilah bahasa Inggris yang berasal dari kata “*recilience*” yang memiliki arti daya pegas, daya kenyal atau Daya lentur.¹⁷ Desmita menjelaskan bahwa Dalam perkembangannya resiliensi merupakan sebuah Istilah yang relatif baru dalam khazanah keilmuan psikologi khususnya Dalam psikologi perkembangan. Menurut, Reivich dan Shatte (2002) resiliensi adalah kemampuan untuk bertahan, beradaptasi terhadap sesuatu yang menekan, mampu mengatasi dan melalui, serta mampu untuk pulih kembali dari keterpurukan. Resiliensi menurut Benard adalah kemampuan untuk bangkit kembali dengan sukses meskipun menghadapi risiko yang parah. Komunitas yang tangguh difokuskan pada faktor-faktor pelindung yang menumbuhkan ketahanan bagi anggotanya seperti, 1) Kepedulian, 2) Harapan yang tinggi dan dukungan yang bertujuan, dan 3) Peluang berkelanjutan untuk partisipasi yang utama..¹⁸

Sedangkan Werner menjelaskan bahwa resiliensi Sebagai kemampuan untuk bangkit kembali, berhasil beradaptasi dalam Menghadapi kesulitan, dan mengembangkan kompetensi sosial, Akademik, dan kejuruan

¹⁷ Bella Yugi Fazay, “Tingkat resiliensi mahasiswa perantau di jurusan bimbingan konseling”, *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Hal.123-124, Tahun 2019

¹⁸ Desmita, “*Psikologi Perkembangan*” (Bandung: Pt Remaja Rosdakarya, 2017), Hal.227-228

meskipun terpapar pada stres yang parah. Bagi mereka yang resilien, resiliensi membuat hidupnya menjadi lebih Kuat kemudian dapat bangkit dari keterpurukan.¹⁹ Resiliensi akan mempengaruhi kesehatan Fisik, kesehatan mental dan kualitas hubungan interpersonal.²⁰ Pernyataan beberapa ahli tersebut, mengenai resiliensi, penulis berkesimpulan bahwa resiliensi adalah suatu tekad dan usaha untuk bangkit dan keluar dari segala macam persoalan, beradaptasi dengan masalah dan meningkatkan kualitas dirinya agar dapat memfokuskan diri menuju sebuah pencapaian. Dengan meningkatkan resiliensi, Manusia dapat mengembangkan ketrampilan hidup seperti bagaimana berkomunikasi, kemampuan yang realistis dalam Membuat rencana hidup dan mampu Mengambil langkah yang tepat bagi hidupnya.²¹ Dari pernyataan beberapa ahli tersebut, mengenai resiliensi, penulis merujuk kepada ahli Revich and Shate sebagai Grand Teori dalam penelitian ini.

b. Tahapan-tahapan Resiliensi

Menurut Coulson 2021 menyebutkan terdapat 4 tahapan atau proses yang terjadi pada seseorang ketika dihadapkan dalam kondisi yang sulit atau menekan. Empat tahapan tersebut antara lain:

1) Mengalah (*Succumbing*)

¹⁹ Ibid, Hal.228

²⁰ M. Taufiq Amir, “ *RESILIENSI: Bagaimana bangkit dari kesulitan dan tumbuh dalam tantangan* ” (jakarta: Penerbit buku Kompas, 2021), Hal. 76.

²¹ Cicilia tanti Utami & Avian Fadila Helmi, “Self Efficacy dan Resiliensi: sebuah tinjauan meta analisis”, *Jurnal buletin psikologi*, Vo.25, No.1, Hal. 5.

Dalam tahapan ini *succumbing* atau mengalah individu akan dihadapkan pada kondisi yang menurun dimana individu akan mengalah setelah menghadapi suatu tekanan. Pada tahap ini Biasanya individu akan mengalami kemalangan yang teramat dalam Yang berpotensi pada stress, depresi, bahkan terkadang ada yang Sampai menggunakan narkoba sebagai pelarian, dan pada tataran Ekstrim individu dapat bunuh diri.

2) Bertahan (*Survival*)

Pada tahapan ini individu mengalami kesulitan dan tidak dapat Mengembalikan fungsi psikologis dan emosi positif setelah Menghadapi tekanan. Efek dari pengalaman yang menekan tersebut Membuat individu gagal untuk kembali menjalankan fungsinya Secara baik ditandai dengan kondisi perasaan, perilaku, dan kognitif Yang negatif berkepanjangan. Hal tersebut seperti menarik diri, Berkurangnya kepuasan dalam suatu pekerjaan dll.

3) Pemulihan (*Recovery*)

Pemulihan pada tahap ini pada level ini ditandai dengan individu Yang sudah dapat kembali beraktivitas dalam kehidupan sehari-Harinya dan mampu menunjukkan diri mereka sebagai individu yang Resilien. Pada tahap pemulihan ini individu mampu kembali Menjalankan fungsi psikologis dan emosinya secara wajar, dan Dapat beradaptasi terhadap kondisi yang menekan, meskipun masih Menyisakan efek dari perasaan negatif.

4) Berkembang pesat (*Thriving*)

Pada tahap ini adalah tahap terakhir dimana individu tidak hanya Mampu kembali pada tahapan fungsi sebelumnya setelah mengalami Tekanan, namun individu mampu minimal melampaui tahap ini pada Beberapa aspek. Proses pengalaman individu untuk menghadapi Dan mengatasi kondisi yang menekan serta menantang hidup sehingga mendatangkan kemampuan baru individu yang membuat Individu menjadi lebih baik.²²

c. Faktor-faktor Resiliensi

Menurut Missasi dan Izzati , Penelusuran literatur dilakukan pada *database elektronik Google Scholar, SAGE Journals, Elsevier, Science direct dan Research Gate* dengan menggunakan Kata kunci “resiliensi”. Hasil penelusuran menunjukkan bahwa resiliensi dipengaruhi oleh faktor Internal dan eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi resiliensi antara lain spiritualitas, *Selfefficacy, optimisme, self esteem*, sedangkan faktor eksternal yang mempengaruhi resiliensi Adalah dukungan *social*.²³

Penjelasannya antara lain :

1) Faktor Spiritualitas

Menurut Reivich dan Shatte *self efficacy* mengatakan spiritualitas merupakan salah satu faktor yang dapat meningkatkan

²² Tika Cahyati, “Resiliensi mahasiswa difabel (Studi kasus mahasiswa tuna daksa dan tuna rungu)”. *Skripsi.*, IAIN Purwokerto, Hal.21-22, Tahun 2021

²³ Vallahatullah Missasi, Indah Dwi Cahya Izzati, “Faktor – faktor yang mempengaruhi resiliensi”, *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, Hal. 438, Tahun 2019

resiliensi pada individu.²⁴ Menurut Meezenbroek, spiritualitas didefinisikan sebagai Perjuangan seseorang dan mengalami keterhubungan dengan esensi kehidupan. Spiritualitas Dikaitkan dengan keterhubungan yang meliputi ketehubungan dengan diri sendiri, orang lain atau alam dan keterhubungan dengan kekuatan transenden. Graham, mengatakan bahwa Seseorang yang memiliki spiritualitas yang baik akan memiliki kemampuan lebih baik dalam Mengatasi masalah yang dihadapi.²⁵

Hal ini sesuai dengan pendapat Maddi, bahwa spiritualitas menunjukkan hubungan sebab akibat dengan resiliensi yang membantu Individu dalam mengatasi kondisi stress dalam hidup dan menyediakan perlindungan pada invidu Dalam menghadapi depresi dan stres. Hal ini juga sesuai dengan pendapat Holaday, terdapat faktor-faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi salah satunya adalah Spiritualitas. Menurut Roper, individu dengan spiritual yang baik Akan meningkatkan koping, optimisme, harapan, mengurangi kecemasan, serta mendukung Perasaan nyaman dan tenang. Hal ini sejalan dengan karakteristik individu yang resilien menurut Connor dan Davidson.²⁶

2) Faktor Self Efficacy

²⁴ Ibid, Hal.436

²⁵ Yeni Eka Cahyani , Sari Zakiah Akmal, “Peranan Spiritualitas Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi”, *Jurnal Psikoislamedia*, Vol.2, No.1, Hal.34, Tahun 2017

²⁶ Ibid

Menurut Reivich dan Shatte *self efficacy* merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kemampuan seseorang dalam resiliensi.²⁷ Albert Bandura mendefinisikan *Self efficacy* sebagai keyakinan individu Dalam kemampuan mereka untuk memobilisasi motivasi, sumber daya kognitif, dan Lembaga untuk melakukan kontrol atas Peristiwa tertentu.²⁸ Ketika seseorang memiliki keyakinan yang positif maka hal ini berhubungan dengan peningkatan motivasi dan ketekunan dan kemungkinan peningkatan menolak pikiran negatif tentang kemampuan sendiri.²⁹ Oleh karena itu *self efficacy* adalah keyakinan bahwa seseorang dapat mengatasi masalah yang dialami dalam situasi tertentu dan mampu menghasilkan hasil yang Positif.³⁰

3) Faktor Optimisme

Reivich dan Shatte menyebutkan salah satu yang mempengaruhi resiliensi adalah Optimisme.³¹ Bersikap optimis merupakan salah satu bahan baku untuk menunjang kualitas resiliensi seseorang dan Secara khusus optimisme mengarahkan seseorang ke posisi yang lebih baik dari yang semula sebelum datang kesulitan besar.³² Scheier dan Carver

²⁷ Vallahatullah Missasi, Indah Dwi Cahya Izzati, “Faktor – faktor yang mempengaruhi resiliensi”, *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, Hal. 436, Tahun 2019

²⁸ Cicilia Tanti Utami, Avian Fadila Helmi, “Self Efficacy dan Resiliensi: sebuah tinjauan meta-analisis”, *jurnal bulletin psikologi*, Vol.25, No.1, Hal.56, Tahun 2017

²⁹ Ibid, Hal.57

³⁰ Ibid, Hal.56-57

³¹ Vallahatullah Missasi, Indah Dwi Cahya Izzati, “Faktor – faktor yang mempengaruhi resiliensi”, *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, Hal. 437, Tahun 2019

³² M. Taufiq,A, “RESILIENSI: Bagaimana bangkit dari kesulitan dan tumbuh dalam tantangan”, (E-book version, Jakarta, Penerbit buku Kompas, Hal.79), Tahun 2021

mendefinisikan optimisme sebagai keyakinan individu secara umum akan hasil yang baik dari usahanya, yang kemudian mendorong individu tersebut untuk terus berusaha dalam mencapai tujuan, serta adanya keyakinan untuk selalu mendapatkan yang terbaik dalam hidupnya.³³

4) Faktor Self Esteem

Reisnick, Gwyther, dan Roberto mengatakan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi resiliensi adalah *self esteem*.³⁴ Rosenberg mengatakan bahwa, *self esteem* adalah evaluasi dari seseorang terhadap kualitas yang ada pada dirinya atau keberhargaan dirinya Sebagai manusia. Coopersmith (dalam Penelitian Hasmi) juga menyatakan bahwa self esteem merupakan evaluasi yang dibuat oleh individu itu sendiri biasanya berhubungan dengan Penghargaan terhadap dirinya sendiri, yang dimana hal ini mengekspresikan Suatu sikap setuju atau tidak setuju dan menunjukkan dimana individu itu meyakini diri sendiri mampu, penting, berhasil dan berharga.³⁵

³³ Shahnaz Roellyana & Ratih Arruum Listiyandini, “Peran optimisme terhadap resiliensi mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi”. *Jurnal prosiding nasional peneliti muda psikologi Indonesia*, Vol.1, No.1. Hal.31, Tahun 2016

³⁴ Vallahatullah Missasi, Indah Dwi Cahya Izzati, “Faktor – faktor yang mempengaruhi resiliensi”, *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, Hal. 437, Tahun 2019

³⁵ Dian Nurul Hasmi, “Pengaruh self esteem terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di kota makassar”, *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar, Hal.33, Tahun 2022

5) Faktor Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi resiliensi menurut Reisnick Gwyther, dan Roberto.³⁶ Dukungan sosial menurut Sarafino & Smith adalah suatu kenyamanan, kepedulian, penghargaan, atau bantuan yang didapatkan individu dari individu lain atau Kelompok. Penelitian Nur & Shanti menyatakan bahwa dukungan sosial yang didapatkan oleh individu dari lingkungan sekitar baik keluarga ataupun lingkungan sekitarnya, akan mempengaruhi cara individu menghadapi *stressor* dan kecemasan dalam menjalani kehidupan. Hal tersebut menurut Raisa akan membantu individu untuk tenang, menumbuhkan rasa percaya diri, dan merasa dicintai.³⁷

Raisa menjelaskan bahwa bahwa Semakin tinggi dukungan sosial yang diterima semakin tinggi resiliensi individu dan sebaliknya semakin rendah dukungan sosial yang diterima, maka semakin rendah resiliensinya. Menurut Reitschlin dukungan sosial dapat berasal dari orang tua, pasangan atau kekasih, saudara, kontak sosial atau masyarakat atau bahkan dari hewan peliharaan setia. mengatakan bahwa individu dengan dukungan sosial yang tinggi mempunyai tingkat stres yang

³⁶ Vallahatullah Missasi, Indah Dwi Cahya Izzati, “Faktor – faktor yang mempengaruhi resiliensi”, *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, Hal. 438, Tahun 2019

³⁷ Raisa, Anastasia ediaty, “Hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada lembaga permasyarakatan kelas IIA wanita Semarang”, *Jurnal Empati*. Vol.5, No.3, Hal.538, Tahun 2016

rendah, lebih berhasil mengatasi dan mengalami hal-hal positif dalam hidup dengan lebih positif.³⁸

d. Dimensi Resiliensi

Menurut Reivich & Shate 2002, resiliensi terdiri dari tujuh aspek yang ketujuh aspek tersebut diantaranya yaitu regulasi emosi, Pengendalian impuls, optimis, analisis penyebab masalah, empati, Efikasi diri, dan *reaching out*. Penjelasan sebagai berikut:

1) Regulasi Emosi

Regulasi emosi merupakan kemampuan individu untuk dapat mengontrol keinginan marah, cemas dan stressaat menghadapi masalah. Dimana peranan pengaturan emosi terletak pada kemampuan individu untuk dapat mengatur gejala-gejolak emosi yang seringkali muncul dan sulit untuk dikendalikan. Perlu diketahui bahwa tidak semua emosi perlu di kontrol. Dalam hal ini ekspresi emosi positif dan negatif adalah sehat dan bersifat konstruktif, ekspresi emosi yang tepat merupakan bagian dari Kemampuan individu dalam melakukan resiliensi. Adapun Pendapat dari Reivich & Shatte mengungkapkan bahwa invidu yang Mampu dengan mudah untuk mengontrol emosinya maka individu Tersebut akan terhindar dari gangguan fisik serta membuat individu Tersebut terhindar dari penyakit. Selain itu dampak yang dialami Secara psikis yakni muncul gangguan seperti stress, depresi, dengki Seperti

³⁸ Idib, Hal.539

tidak mau menerima masukan atau pendapat dari orang lain Serta sifar ego. Selanjutnya dapat di simpulkan bahwa ketika Seseorang mampu meregulasi emosi dengan baik maka individu Tersebut akan dengan mudah dalam mengontrol perasaan ingin Marah, cemas dan sedih sehingga dengan kemampuannya tersebut Akan mendorong individu dalam memudahkan memecahkan sebuah Masalah serta mengurangi risiko stres sehingga menyetatkan Kesehatan mental bagi seseorang.

2) Pengendalian Impuls

Pengendalian Impuls merupakan kemampuan individu Untuk dapat mengatur dan mengendalikan segala keinginan yang Berupa dorongan-dorongan yang muncul dari dalam individu Tersebut. Dalam hal ini yang dimaksud dengan keinginan serta Dorongan-dorongan tersebut merupakan suatu hal yang bersifat Negatif yang bertujuan kepada perilaku yang tidak baik serta bersifat Destruktif. Jadi apabila seseorang memiliki kemampuan Pengendalian impuls yang tinggi biasanya mereka akan cenderung bersikap sabar, mampu berfikir secara rasional, serta mampu Mengendalikan dorongan yang bersifat negative kearah yang lebih Positif. Berbanding terbalik dengan individu yang memiliki Pengendalian impuls yang lemah, mereka cenderung agresif Sehingga memunculkan perilaku-perilaku yang membuat orang-Orang di sekelilingnya merasa kurang nyaman apabila berada Didekatnya.

3) Empati

Empati merupakan kemampuan individu untuk mengerti Dan memahami perasaan dan psikologis yang dirasakan oleh orang Lain. “Empati” berasal dari bahasa Yunani “*Pathos*”, yang memiliki Arti perasaan yang kuat dan mendalam hingga perasaan tersebut Mendekati penderitaan. Empati juga dapat diartikan sebagai Perasaan atau kemauan seseorang untuk dapat memikirkan Permasalahan atau keadaan yang sedang dialami oleh orang lain. Sehingga dalam proses empati inilah terjalin hubungan antar pribadi Yang satu dengan yang lainnya.

4) Efikasi diri

Menurut Bandura, efikasi diri erat kaitannya dengan Keyakinan seseorang untuk mempergunakan kontrol pribadi pada motivasi, kognisi, afeksi pada lingkungan sosialnya. Dalam hal ini Efikasi diri adalah keyakinan individu dalam menyelesaikan tugas-Tugas dalam mencapai tujuan yang diinginkan serta kemampuan Dalam mengatasi rintangan. Sehingga dapat diartikan bahwa Efikasi diri merupakan persepsi seseorang mengenai seberapa mampu diri dapat mengoptimalkan kemampuannya dalam situasi dan Keadaan tertentu.

5) Optimisme

Optimisme merupakan kemampuan individu dalam Memandang segala sesuatu dengan pikiran yang positif dalam hal Ini individu dapat meyakinkan diri sendiri bahwa sesuatu akan Berubah menjadi lebih baik. Rasa optimisme juga dapat dibangun Dengan

menanamkan konsep diri yang positif kedalam diri seseorang Sehingga menumbuhkan cara berpikir yang realistis.

6) Analisis penyebab masalah

Analisis penyebab masalah adalah kemampuan individu untuk dapat mengidentifikasi penyebab sebuah permasalahan yang sedang dihadapinya secara akurat. Individu yang dapat dengan mudah menganalisa sebuah masalah maka secara otomatis akan mudah melakukan introspeksi terhadap kesalahan sehingga tidak mudah untuk mengulangi kesalahan yang sama. Dengan begitu apabila individu tersebut sudah terlatih dan memiliki kecakapan maka akan dengan mudah mengambil setiap pelajaran dari berbagai permasalahan yang dialaminya.

7) Reaching out (pencapaian)

Reaching out merupakan kemampuan individu untuk Meningkatkan aspek-aspek positif dalam dirinya. Dapat Disimpulkan bahwa reaching out merupakan kemampuan seseorang Agar mau bereksplorasi mengenai kapasitas yang ada pada dirinya Agar individu tersebut dapat mengenali kepribadian dalam diri Individu tersebut.³⁹

2. Peran Resiliensi terhadap prestasi akademik Mahasiswa Hualu di IAIN Ambon

a. Pengertian Prestasi Akademik

³⁹ Tika Cahyati, “RESILIENSI MAHASISWA DIFABEL (Studi Kasus Pada Mahasiswa Tuna Daksa Institut Agama Islam Negeri Purwokerto dan Mahasiswa Tuna Rungu Institut Teknologi Telkom Purwokerto)”, *Skripsi*, Purwokerto: IAIN Purwokerto, Hal.27-30, Tahun 2021

1) Pengertian Prestasi

Murray mendefinisikan prestasi adalah *“To overcome obstacle, to exercise power, to strive to do something difficult as well and as quickly as possible”* “Kebutuhan untuk prestasi adalah mengatasi hambatan, melatih kekuatan, berusaha melakukan sesuatu yang sulit dengan baik dan secepat mungkin”. Prestasi adalah hasil yang telah dicapai seseorang dalam melakukan kegiatan. Menurut Bloom bahwa hasil belajar dibedakan menjadi tiga aspek yaitu kognitif, afektif dan psikomotorik. Prestasi merupakan kecakapan atau hasil kongkrit yang dapat dicapai pada saat atau periode tertentu. Prestasi merupakan hasil yang dicapai seseorang ketika mengerjakan tugas atau kegiatan tertentu (Tu’u 2004).

40

Prestasi akademik merupakan hasil yang diperoleh dari kegiatan pembelajaran di sekolah yang bersifat kognitif dan biasanya ditentukan melalui pengukuran dan penilaian. Menurut Sudjana mengatakan “diantara ketiga ranah yaitu ranah kognitif, afektif dan psikomotorik, maka rana kognitif sering dinilai para guru di sekolah”. Prestasi adalah hasil dari suatu kegiatan yang telah dikerjakan, diciptakan baik secara individu maupun secara kelompok (Djamarah, 1994). Sedangkan menurut Mas’ud Hasan Abdul Dahar (1994) bahwa prestasi adalah apa yang telah dapat diciptakan, hasil pekerjaan, hasil yang menyenangkan

⁴⁰ Lorenzo M Dkk, ”Sistem Monitoring Kognitif, Afektif dan Psikomotorik siswa berbasis Android”, *jurnal teknik Informatika*, Vol.9, No.1, Hal1-2, 2016.

hati yang diperoleh dengan jalan keuletan kerja. Jadi dari pembahasan tentang pengertian prestasi di atas, dapat dipahami bahwa prestasi adalah hasil atau taraf kemampuan yang telah dicapai pelajar setelah mengikuti proses belajar mengajar dalam waktu tertentu baik berupa perubahan tingkah laku, keterampilan dan pengetahuan dan kemudian akan diukur dan dinilai yang kemudian diwujudkan dalam angka atau pernyataan.⁴¹

2) Pengertian Akademik

Akademik adalah keadaan orang-orang bisa menyampaikan dan menerima gagasan, pemikiran, ilmu pengetahuan, dan sekaligus dapat mengujinya secara jujur, terbuka, dan leluasa (Fadjar). Dapat dikatakan, secara umum pengertian akademik berarti proses belajar mengajar yang dilakukan di kelas atau dunia persekolahan. Kegiatan akademik meliputi tugas-tugas yang dinyatakan dalam program pembelajaran, diskusi, obesrvasi, dan pengerjaan tugas. Dalam satu kegiatan akademik diperhitungkan tidak hanya kegiatan tatap muka yang terjadwal saja tetapi juga kegiatan yang direncanakan (terstruktur) dan yang dilakukan secara mandiri. Dari uraian penulis dapat menyimpulkan bahwa pengertian akademik adalah serangkaian kegiatan-kegiatan pembelajaran yang telah disusun oleh pihak sekolah maupun pemerintah

⁴¹ ibid

guna untuk dilaksanakan untuk menunjang keberhasilan dalam bidang pendidikan.⁴²

3) Pengertian Prestasi Akademik

Berdasarkan teori yang telah diuraikan diatas, prestasi akademik dalam penelitian ini adalah hasil yang telah dicapai mahasiswa dalam proses pembelajaran. Prestasi belajar merupakan salah satu bagian dari prestasi akademik karena pengertian akademik sendiri merupakan proses pembelajaran didalamnya yang meliputi kegiatan belajar, pemberian tugas dan evaluasi. Prestasi akademik adalah perubahan dalam hal kecakapan tingkah laku, ataupun kemampuan yang dapat bertambah selama beberapa waktu dan tidak disebabkan proses pertumbuhan, tetapi adanya situasi belajar. Perwujudan bentuk hasil proses tersebut dapat berupa pemecahan lisan maupun tulisan, dan keterampilan serta pemecahan masalah langsung dapat dinilai atau diukur dengan menggunakan test yang terstandar. Selain itu, prestasi akademik adalah istilah untuk menunjukkan suatu pencapaian tingkat keberhasilan tentang suatu tujuan, karena suatu usaha belajar telah dilakukan seseorang secara optimal. Hal ini didukung oleh pernyataan Soemantri yang menyatakan prestasi akademik adalah hasil yang dicapai siswa dalam kurun waktu tertentu pada mata pelajaran tertentu yang diwujudkan dalam bentuk angka dan dirumuskan dalam rapor. Menurut

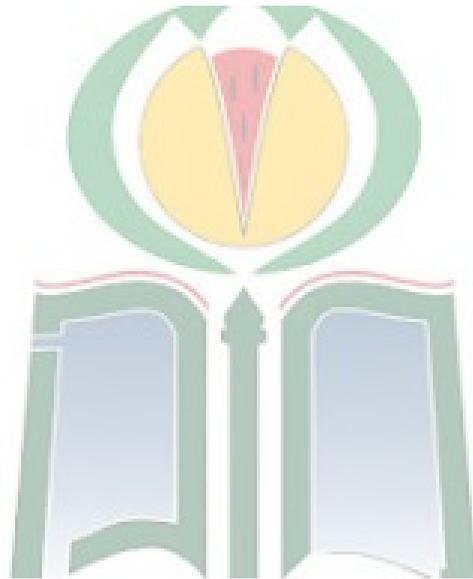
⁴² Devi Retnowati dkk, "Prestasi akademik dan motivasi berprestasi mahasiswa s1 pendidikan geografi universitas negeri malang", *jurnal pendidikan*, Vol.1, No.3, 2016.

Setiawan prestasi akademik adalah tingkat pencapaian keberhasilan terhadap suatu tujuan, karena suatu usaha belajar telah dilakukan secara optimal.⁴³

Sementara prestasi akademik menurut Opit adalah output sekolah yang merupakan alat untuk mengukur kemampuan kognitif siswa. Sejalan dengan hal diatas Machr mengungkapkan empat karakteristik prestasi akademik yaitu: Prestasi akademik yang diperoleh para pelajar tidak hanya bersifat kognitif intelektual, tapi juga bersifat non kognitif dan non intelektual, yang antara lain diwujudkan dalam bentuk kualitas kepribadian. Sebagaimana pula dikemukakan oleh Syamsudin bahwa hasil belajar individu meliputi aspek kognitif, psikomotor dan afektif. Prestasi akademik merupakan hal yang tidak dapat dipisahkan dari kegiatan belajar, karena kegiatan belajar merupakan proses, sedangkan prestasi merupakan hasil dari proses belajar. Memahami pengertian prestasi belajar secara garis besar harus bertitik tolak kepada pengertian belajar itu sendiri. S. Nasution mengemukakan prestasi akademik adalah kesempurnaan yang dicapai seseorang dalam berfikir, merasa dan berbuat. Prestasi akademik dikatakan sempurna apabila memenuhi tiga aspek yakni: kognitif, afektif dan psikomotor, sebaliknya dikatakan prestasi kurang memuaskan jika seseorang belum mampu memenuhi target dalam ketiga kriteria tersebut. Senada dengan pandangan Purwadarninto bahwa prestasi akademik

⁴³ Ibid

adalah hasil yang dicapai sebaik - baiknya menurut 11 kemampuan anak pada waktu tertentu terhadap hal - hal yang dikerjakan atau dilakukan.⁴⁴



⁴⁴ ibid