



Resiliensi pada Mahasiswa Bidikmisi Tingkat Pertama Universitas Padjadjaran

Fadila Hediathy Zahra^{1*}, Hutami Rachmat Nabilah², Miryam Wedyaswari³

Universitas Padjadjaran Bandung

¹fadila19001@mail.unpad.ac.id, ²hutami19001@mail.unpad.ac.id, ³m.wedyaswari@unpad.ac.id

*Correspondence

Abstract

Article Information:

Received 18 December 2020

Revised 01 February 2021

Accepted 15 March 2021

Keywords:

Bidikmisi Students; Factors of Resilience; Resilience

The resilience process is dynamic, including protective factors, risk factors, and resilient outcomes. The first-year bidikmisi students of Padjadjaran University are considered to have more risk than other students because they have disadvantages in the economic field, adapt to the new environment, and demand immediate education before economics assistance is revoked. Seven critical factors that can support resilience. This study aims to determine the resilience condition of first-year bidikmisi students of Padjadjaran University as data for subsequent policymaking and develop the Reivich-Shatte resilience theory to contribute to the development of science. The research method is the descriptive approach with quantitative data types and 178 sample students (65,7% female). The results showed that most students are at the upper average level on three factors, control, empathy, and connecting & reaching out. Students' perceptions of these factors are adequate, and they need to be accustomed to using them in everyday life so their abilities can be classified as high. Meanwhile, most students are at the lower average for emotional regulation, realistic optimism, causal analysis, and self-efficacy.

Abstrak

Kata Kunci:

Mahasiswa Bidikmisi; Resiliensi; Tujuh Faktor Resiliensi

Proses resiliensi bersifat dinamis merupakan interaksi antara *protective factor*, *risk factor*, dan *resilient outcome*. Mahasiswa bidikmisi tingkat pertama Universitas Padjadjaran dianggap memiliki faktor risiko yang lebih daripada mahasiswa lainnya karena memiliki ketidakberuntungan dalam bidang ekonomi, perlu beradaptasi dengan lingkungan yang baru, serta tuntutan untuk segera menyelesaikan pendidikan sebelum beasiswa dihentikan. Tujuh faktor psikologis penting (*critical factor*) yang dapat menunjang kemampuan resiliensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kondisi resiliensi mahasiswa bidikmisi tingkat pertama Universitas Padjadjaran, sebagai data untuk pembuatan kebijakan selanjutnya, serta untuk mengembangkan teori resiliensi Reivich-Shatte sebagai upaya untuk berkontribusi pada pengembangan ilmu pengetahuan. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan deskriptif dengan jenis data kuantitatif. Sampel dalam penelitian ini sejumlah 178 mahasiswa (65,7% perempuan). Didapatkan hasil bahwa mayoritas mahasiswa bidikmisi tingkat pertama Universitas Padjadjaran

memiliki kemampuan tingkat rata-rata atas pada tiga faktor, yaitu *impulse control*, *empathy*, dan *connecting & reaching out*. Tingkat ini berarti persepsi mahasiswa terhadap faktor tersebut sudah memadai dan perlu dibiasakan penggunaannya di kehidupan sehari-hari agar kemampuannya dapat tergolong tinggi. Sementara itu, mayoritas mahasiswa memiliki kemampuan *emotional regulation*, *realistic optimism*, *causal analysis*, dan *self-efficacy* pada tingkat rata-rata bawah.

PENDAHULUAN

Salah satu permasalahan terbesar yang ada di Indonesia adalah kemiskinan. Berdasarkan data (Badan Pusat Statistik, 2020), pada September 2019, terdapat 24,79 juta penduduk miskin di Indonesia. Kemiskinan memiliki pengaruh signifikan terhadap ketersediaan sumber daya bagi pendidikan. Kurangnya sumber daya ini menyebabkan siswa kesulitan untuk mendapatkan kesetaraan pencapaian akademik dengan siswa lain yang tidak memiliki masalah ekonomi (Lacour & Tissington, 2011).

Sebagai bantuan dalam bidang pendidikan, pemerintah mengadakan program bidikmisi. Bidikmisi adalah bantuan biaya pendidikan dari pemerintah bagi lulusan Sekolah Menengah Atas (SMA) atau sederajat yang memiliki potensi akademik baik tetapi memiliki keterbatasan ekonomi (Ristekdikti, 2019). Untuk mendaftar dalam program bidikmisi, terdapat beberapa persyaratan seperti batas usia ketika mendaftar adalah 21 tahun, tidak mampu secara ekonomi, serta memiliki potensi akademik baik berdasarkan rekomendasi. Mahasiswa S1 bidikmisi berhak mendapatkan fasilitas perkuliahan dengan gratis dan mendapat uang saku minimal sebesar 600 ribu rupiah/bulan selama 8 semester. Sebagai gantinya, mahasiswa bidikmisi memiliki kewajiban untuk mendapatkan IPK minimal 2,75, lulus tepat waktu, dan aktif mengikuti kegiatan kemahasiswaan.

Mahasiswa bidikmisi memiliki faktor risiko yang lebih banyak dibandingkan mahasiswa pada umumnya. Faktor risiko atau ancaman tersebut antara lain latar belakang mahasiswa bidikmisi yang berasal dari keluarga dengan ekonomi rendah. Selain itu mahasiswa bidikmisi juga memiliki tantangan untuk mendapatkan dan mempertahankan IPK minimal 2,75. Kriteria mengenai kualitas hasil yang dianggap baik berupa kewajiban mahasiswa bidikmisi untuk memiliki potensi akademik baik, sebagai jaminan bahwa penerima bidikmisi benar-benar mempunyai potensi dan kemauan untuk menyelesaikan pendidikan tinggi. Tantangan dan tuntutan tersebut menjadi masalah dan sumber stres mahasiswa bidikmisi. Dengan kondisi demikian, mahasiswa bidikmisi tergolong *student at risk*, yaitu siswa atau kelompok siswa “yang dianggap memiliki kemungkinan lebih tinggi untuk gagal secara akademis atau putus sekolah” (Horton, 2015). Menjadi mahasiswa yang resilien (*resilience student*) adalah salah satu cara untuk menghindari risiko kegagalan di perguruan tinggi (Wediyaswari dkk., 2019a).

Resiliensi dapat secara luas didefinisikan sebagai kapasitas sistem dinamis untuk berhasil beradaptasi dengan gangguan yang mengancam fungsi, viabilitas, atau perkembangan (Masten, 2014). Resiliensi adalah kapasitas sistem biopsikososial untuk

mengarahkan sumber daya tertentu agar dapat mempertahankan fungsi positif selama kondisi sulit (Ungar, 2019). (K. Reivich & Shatté, 2002a) mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan untuk menghadapi situasi yang sulit. Resiliensi individu selama perkembangan tergantung pada fungsi sistem adaptif yang kompleks dan terus berinteraksi dan bertransformasi. Akibatnya, resiliensi seseorang selalu berubah dan kapasitas adaptasi seseorang akan didistribusikan di seluruh sistem yang berinteraksi (Masten, 2014).

Untuk memahami resiliensi diperlukan perhatian pada konteks dan budaya (Li & Yeung, 2019). Oleh karena itu, definisi resiliensi bersifat inferential yang menjelaskan pola adaptasi yang positif dalam konteks adanya risiko atau *adversity* (Masten & Tellegen, 2012). Definisi resiliensi yang bersifat inferential membutuhkan panduan untuk pengembangan definisinya dalam sebuah penelitian. (Sameroff dkk., 2003) kemudian membuat *resilience framework* sebagai acuan dalam melakukan penelitian. Terdapat 2 (dua) jenis *judgement* (penilaian) sebagai syarat dalam mendefinisikan resiliensi. Syarat pertama adalah adanya faktor risiko atau ancaman. Syarat yang kedua adalah adanya kriteria mengenai kualitas hasil yang dianggap baik (“*doing okay*”).

Kemampuan resiliensi dapat diidentifikasi dengan mengetahui profil kekuatan internal manusia (Wedyaswari dkk., 2019a). Faktor protektif resiliensi agar mahasiswa bidik misi dapat sukses dalam memenuhi ketiga tuntutan akademik (mencapai IPK minimal 2,75, lulus tepat waktu, dan aktif mengikuti kegiatan kemahasiswaan) terdiri dari 7 (tujuh) faktor. Tujuh faktor penting (*critical factor*) resiliensi ini dikembangkan oleh Karen Reivich dan Andrew Shatte semenjak tahun 2002.

Teori ini menjelaskan bahwa kekuatan internal manusia berpengaruh terhadap kemampuan resiliensi seseorang. Ketujuh faktor tersebut adalah (1) *Emotional regulation*; kemampuan untuk tetap tenang di bawah tekanan. Individu yang resilien dapat mengendalikan emosi mereka terutama ketika berhadapan dengan tantangan dan kesulitan untuk tetap fokus terhadap tujuan mereka; (2) *Impulse control*; kemampuan untuk mengendalikan *impulsive belief* dan mengendalikan diri untuk melakukan tingkah laku yang tepat ketika berada di bawah tekanan (sangat berhubungan erat dengan *emotional regulation*); (3) *Realistic Optimism*; keyakinan bahwa suatu situasi dapat berubah menjadi lebih baik, ada harapan di masa yang akan datang, dan dirinya mampu untuk mengendalikan arah kehidupannya. Pada individu yang resilien, keyakinan ini disertai dengan kondisi *real* yang dia alami – yang telah dilandasi oleh pengamatan dan asesmen yang jelas. (4) *Causal analysis; flexible & accurate thinking*; Kemampuan untuk mengidentifikasi sumber permasalahan dengan komprehensif dan akurat – yang mencegah individu untuk berbuat kesalahan yang sama berulang kali. *Causal analysis* dipengaruhi oleh *explanatory style* (cara individu menjelaskan mengenai suatu permasalahan pada dirinya sendiri). *Explanatory style* ini bisa mendukung maupun menghambat kemampuan *problem solving*; (5) *Empathy*; kemampuan individu untuk menangkap dan memahami tanda-tanda yang ditunjukkan oleh orang lain mengenai

kondisi mereka; (6) *Self efficacy*; keyakinan individu mengenai kompetensinya dan hal-hal yang dia kuasai. *Believe we can solve the problem* dan keyakinan akan kemampuan untuk sukses; dan (7) *Connecting & reaching out*; kemampuan untuk mencari kesempatan, tantangan, dan hubungan yang baru – dalam rangka pengembangan dirinya.

Pada penelitian ini, pengembangan resiliensi diperlukan oleh mahasiswa bidikmisi tingkat pertama Universitas Padjadjaran. Mahasiswa bidikmisi, khususnya tingkat pertama, dihadapkan pada tuntutan adaptasi dengan lingkungan baru, serta tuntutan untuk segera menyelesaikan pendidikan sebelum bantuan dicabut. Sebagai langkah awal program pengembangan resiliensi tersebut, peneliti perlu untuk meneliti gambaran 7 faktor resiliensi pada mahasiswa bidikmisi tingkat pertama Universitas Padjadjaran karena belum banyak penelitian yang menggunakan teori resiliensi Reivich-Shatte untuk dijadikan landasan dalam penelitian di bidang pendidikan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kondisi resiliensi mahasiswa bidikmisi tingkat pertama Universitas Padjadjaran, sebagai data untuk pembuatan kebijakan program selanjutnya, serta untuk mengembangkan teori resiliensi Reivich-Shatte sebagai upaya untuk berkontribusi pada pengembangan ilmu pengetahuan.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif dengan jenis data kuantitatif. Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu rancangan penelitian non-eksperimental, yaitu sebuah penelitian deskriptif yang bertujuan untuk memberikan deskripsi atau gambaran mengenai variabel-variabel penelitian (Christensen, 2007). Melalui pendekatan ini maka akan diketahui gambaran 7 faktor resiliensi pada mahasiswa bidikmisi tingkat pertama Universitas Padjadjaran. Sumber data menggunakan data primer yang diambil langsung ke sumber dayanya. Kegiatan penelitian ini merupakan bagian dari program kerja bagian kemahasiswaan Universitas Padjadjaran. Program kerja tersebut dilakukan sebagai upaya pihak universitas untuk membantu mahasiswa bidikmisi tahun pertama dalam beradaptasi. Oleh karena itu, *sampling* yang digunakan adalah *nonprobability sampling* dengan teknik *purposive sampling* untuk memilih langsung responden yang paling sesuai (Campbell dkk., 2020). Populasi mahasiswa bidikmisi tingkat pertama angkatan 2018 Universitas Padjadjaran adalah 211 mahasiswa, namun hanya sebanyak 178 (65,7% mahasiswa perempuan) yang sesuai dengan karakteristik penelitian. Adapun karakteristik penelitian ini adalah mahasiswa bidikmisi angkatan 2018 yang bersedia mengikuti survey serta dikontak lebih lanjut untuk kepentingan penelitian.

Untuk mengetahui tingkat resiliensi mahasiswa bidikmisi, peneliti menggunakan RQ Test - *7 Factors of Resilience for Higher Education Student* (Wediyaswari dkk., 2019b) berdasarkan teori Karen Reivich dan Andrew Shatte (2002) mengenai 7 faktor penting (*critical factor*) yang menentukan resiliensi seseorang. Tujuh faktor tersebut kemudian dikembangkan menjadi alat ukur RQ Test dengan 54 item kuesioner menggunakan skala *Likert* 1 (sangat tidak setuju) sampai 6 (sangat setuju).

Pengisian alat ukur dilaksanakan pada tanggal 27 Agustus-31 Agustus 2019. Penyebaran kuesioner online dilakukan manajer akademik pada setiap fakultas di Universitas Padjadjaran. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis statistik deskriptif, *independent sample t-test*, dan analisis varians (ANOVA) untuk melihat perbedaan kemampuan resiliensi berdasarkan faktor demografi. Proses perhitungan menggunakan program SPSS 21.0 dan Microsoft Excel.

Reliabilitas adalah konsistensi dari pengukuran atau kepercayaan terhadap suatu hasil pengukuran. Berdasarkan hasil uji coba yang dilakukan, diperoleh koefisien *Cronbach Alpha* untuk alat ukur RQ Test atas 54 item sebesar $r = 0,88$. Dengan kriteria tersebut artinya alat ukur RQ test ini berkorelasi kuat dan dapat diandalkan (menggambarkan hasil ukur yang konsisten).

Validitas mengacu pada sejauh mana bukti dan teori mendukung interpretasi dari skor tes yang diusulkan. Oleh karena itu, validitas adalah pertimbangan paling dasar dalam mengembangkan dan mengevaluasi tes. Proses validasi meliputi pengumpulan bukti untuk memberikan dasar ilmiah yang kuat untuk interpretasi skor yang diusulkan (Goodwin & Leech, 2003). Prosedur validitas yang peneliti gunakan adalah *content validity*, alat ukur ini dikatakan valid berdasarkan hasil evaluasi dari *expertise* (ahli di bidangnya). Prosedur *content validity* pada dasarnya melibatkan pengujian sistematis atas isi tes untuk menentukan apakah tes itu mencakup sampel representatif dari domain perilaku yang harus diukur. Validitas ini lebih tergantung pada relevansi respon-respon tes individu bidang perilaku yang diperhatikan ketimbang pada relevansi isi soal. Kuesioner penelitian telah melewati tahapan review alat ukur RQ *test* dari 3 *expert*, yaitu Dr. Indun Lestari Setyono, M. Psi, Prof. (Em) Dr. Kusdwiratri Setiono, dan Dr. Surya Cahyadi, M.Psi. Pernyataan item yang dipilih adalah item dengan *content validity index* (CVI) sebesar 1. Sedangkan untuk item dengan CVI 0,67 direvisi oleh peneliti, dan untuk item dengan CVI di bawah 0,67 telah dibuang.

Tabel 1. Data Demografi (n = 178)

Variabel	Kategori	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin	Laki-Laki	61	34,3
	Perempuan	117	65,7
Suku	Jawa	37	20,8
	Sunda	101	56,7
	Jawa-Sunda	22	12,4
	Batak	5	2,8
	Lainnya	13	7,3
Pekerjaan Ayah	Buruh	52	29,2
	Petani	15	8,4

	Wirausaha	3	1,7
	Wiraswasta	27	15,2
	Tidak bekerja	36	20,2
	Pedagang	15	8,4
	Montir	4	2,2
	Supir	3	1,7
	Lainnya	23	12,9
Pekerjaan Ibu	Ibu rumah tangga	124	69,7
	Buruh	6	3,4
	Pedagang	12	6,7
	Penjahit	5	2,8
	Petani	8	4,5
	Tidak bekerja	11	6,2
	Lainnya	12	6,7

Berdasarkan tabel data demografi, diketahui bahwa sebagian besar partisipan berjenis kelamin perempuan, yaitu sebanyak 117 orang (65,7%), sedangkan jenis kelamin laki-laki sejumlah 61 orang (34,3%). Mayoritas partisipan berasal dari suku bangsa Sunda, yaitu sejumlah 101 orang (56,7%). Mahasiswa lainnya bersuku bangsa Jawa, Jawa-Sunda, Batak, dan lainnya. Kategori lainnya ini terdiri dari suku Betawi, Padang, Melayu, Minangkabau, Lampung, Tionghoa, Bangka-Tionghoa, Batak-Sunda, dan Betawi-Sunda. Pekerjaan ayah partisipan mayoritas adalah sebagai buruh, yaitu sejumlah 52 orang (29,2%). Selain itu, ada pula yang berprofesi sebagai wiraswasta, petani, wirausaha, pedagang, montir, supir, dan tidak bekerja. Kategori lainnya terdiri dari petugas keamanan, pengemudi ojek, tukang becak, karyawan honorer, pencari rongsok, ustadz, juru parkir, pegawai depot es, pegawai pabrik, agen asuransi, tukang bersih-bersih, P3N (Petugas Pembantu Pencatat Nikah), kepala dusun, betor, kuli bangunan, dan yang berpisah. Pekerjaan ibu partisipan mayoritas sebagai ibu rumah tangga, yaitu sebanyak 124 orang (69,7%). Ada pula yang berprofesi sebagai buruh, pedagang, penjahit, petani, dan yang tidak bekerja. Kategori pekerjaan lainnya terdiri dari guru, sukarelawan, karyawan, dan satu orang yang tidak menjawab. Rata-rata penghasilan keluarga sebanyak Rp1.198.256,74, sedangkan rata-rata jumlah saudara kandung 2,47.

PAPARAN HASIL

Uji beda dilakukan menggunakan *independent sample t-test* terhadap jenis kelamin dan suku bangsa. Uji beda tidak dilakukan untuk faktor demografis lainnya karena tergolong pada status sosial ekonomi yang mana mahasiswa bidikmisi berada di tingkatan yang sama. Asumsi data berdistribusi normal telah terpenuhi dengan uji Kolmogorov Smirnov ($KS = 0,077$; $p > 0,05$). Pengujian perbedaan rata-rata untuk satu sampel dilakukan untuk melihat apakah jenis kelamin memberikan efek terhadap kemampuan resiliensi mahasiswa bidikmisi. Sebanyak 61 mahasiswa laki-laki dan 117 mahasiswa perempuan berpartisipasi dalam penelitian. Kemampuan resiliensi mahasiswa laki-laki ($M = 311,03$, $SD = 28,6$) sama dengan kemampuan resiliensi mahasiswa perempuan ($M = 311,4$, $SD = 23,9$). Berdasarkan pengujian t didapatkan rata-rata kemampuan resiliensi tidak berbeda secara signifikan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan ($t_{(176)} = -0,093$, $p > 0,05$).

Analisis varians (ANOVA) dilakukan untuk melihat apakah terdapat perbedaan kemampuan resiliensi antara mahasiswa yang berasal dari suku Jawa, Sunda, Jawa-Sunda, Batak, dan suku lainnya. Jumlah mahasiswa per suku tertera pada tabel demografi (Tabel 1). Rata-rata dan simpangan baku untuk setiap kelompok disajikan pada tabel 2.

Tabel 2. Rata-rata dan Simpangan Baku Kemampuan Resiliensi Berdasarkan Suku Bangsa

Suku Bangsa	M	SD
Jawa	313,57	28,36
Sunda	310,35	24,94
Jawa-Sunda	318,09	25,74
Batak	310,83	19,78
Lainnya	300,33	23,41

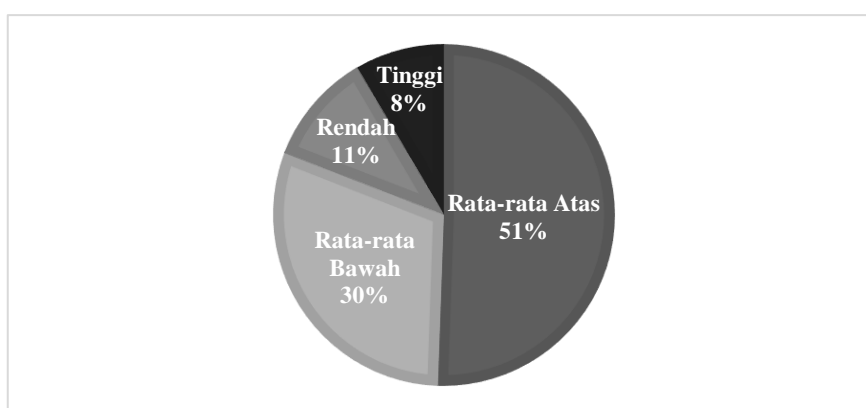
Pengujian ANOVA dilakukan dengan terlebih dahulu memenuhi asumsi normalitas ($KS = 0,077$; $p > 0,05$) dan homogenitas varians ($LS = 0,877$; $p > 0,05$). Pengujian ANOVA menunjukkan tidak terdapat perbedaan rata-rata kemampuan resiliensi pada kelima kelompok suku bangsa ($F_{(4, 173)} = 1,049$, $p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan kemampuan resiliensi antara suku Jawa, Sunda, Jawa-Sunda, Batak, dan suku lainnya.

Kemampuan resiliensi mahasiswa bidikmisi tahun pertama Universitas Padjadjaran terbagi ke dalam empat tingkatan. Mahasiswa dengan tingkat resiliensi tinggi memiliki kemampuan resiliensi memadai. Mahasiswa dengan tingkat resiliensi rata-rata atas pun memiliki kemampuan resiliensi memadai, namun masih membutuhkan faktor protektif dari lingkungan untuk menyempurnakannya. Sedangkan mahasiswa dengan tingkat resiliensi rata-rata bawah dan rendah masih kurang memiliki kemampuan

resiliensi. Batas skor per kategori disajikan pada Tabel 3 dan proporsi mahasiswa berdasarkan tingkat kemampuan resiliensinya tergambar pada Gambar 1.

Tabel 3. Kategorisasi Tingkat Kemampuan Resiliensi Mahasiswa Bidikmisi (M=311,28; SD=25,53)

Rentang	Skor Kategori
<285,95	Resiliensi rendah
285,95-311,27	Resiliensi rata-rata bawah
311,28 – 336,81	Resiliensi rata-rata atas
>336,81	Resiliensi tinggi



Gambar 1.
Resiliensi pada Mahasiswa Bidikmisi Tingkat Pertama Universitas Padjadjaran

Berdasarkan gambar di atas, diketahui bahwa secara umum, mahasiswa bidikmisi tingkat pertama Universitas Padjadjaran memiliki frekuensi terbanyak pada kategori rata-rata atas, yaitu 90 mahasiswa dari total responden sebanyak 178 (51%). Hal ini menunjukkan mereka memiliki resiliensi yang memadai dan hanya ada beberapa faktor saja yang mungkin bermasalah dari tujuh faktor resiliensi (K. J. Reivich dkk., 2011a). Di sisi lain, masih terdapat sebagian mahasiswa bidikmisi yang memiliki kemampuan resiliensi rata-rata bawah (30%). Hal ini mengindikasikan bahwa mahasiswa tersebut lebih membutuhkan faktor protektif, baik dari dalam diri maupun dari lingkungan, untuk menyempurnakannya. Menurut (Ungar, 2019), faktor protektif ini memengaruhi hasil atau *outcome*. *Outcome* dapat berasal dari biologis (respons yang lebih baik terhadap stres) hingga psikologis (peningkatan *self-esteem*), sosial (peningkatan keterlibatan dalam kegiatan produktif), atau lingkungan (peningkatan lingkungan fisik yang memfasilitasi keselamatan masyarakat). Setiap *outcome* cenderung berdampak pada setidaknya satu sistem, dan seringkali pada beberapa sistem yang saling berhubungan.

Tabel 4. Kategorisasi Skor 7 Faktor Resiliensi pada Mahasiswa Bidikmisi

Faktor	<i>M</i>	<i>SD</i>	Rata-Rata Atas	Rata-Rata Bawah	Rendah	Tinggi
<i>Emotion Regulation</i>	35,33	5,03	35,33 – 40,36	30,3 – 35,32	<30,3	>40,36
<i>Impulse Control</i>	40,72	4,40	40,72 – 45,12	36,32 – 40,71	<36,32	>45,12
<i>Realistic Optimism</i>	35,67	3,94	35,57 – 39,61	31,73 – 35,66	<31,73	>39,61
<i>Causal Analysis</i>	57,12	6,63	57,12 – 63,75	50,49 – 57,11	<50,49	>63,75
<i>Empathy</i>	42,93	4,07	42,93 - 47	38,86 – 42,92	<38,86	>47
<i>Self Efficacy</i>	54,75	7,95	54,75 – 62,7	46,8 – 54,74	<46,8	>62,7
<i>Reaching Out</i>	64,27	8,44	64,27 – 72,71	55,83 – 64,26	<55,83	>72,71

Tabel 5. Penyebaran 7 Faktor Resiliensi pada Mahasiswa Bidikmisi Tingkat Pertama (n=178)

Faktor	Rata-Rata Atas (<i>n</i>)	Rata-Rata Bawah (<i>n</i>)	Rendah (<i>n</i>)	Tinggi (<i>n</i>)
<i>Emotion Regulation</i>	57	62	30	29
<i>Impulse Control</i>	63	49	34	32
<i>Realistic Optimism</i>	63	66	24	25
<i>Causal Analysis</i>	59	66	25	28
<i>Empathy</i>	67	65	21	25
<i>Self Efficacy</i>	57	64	26	31
<i>Reaching Out</i>	63	56	30	29

Berdasarkan Tabel 5, diketahui bahwa mayoritas mahasiswa bidikmisi tingkat pertama Universitas Padjadjaran memiliki kemampuan *impulse control*, *empathy*, dan *connecting & reaching out* pada tingkat rata-rata atas. Tingkat ini berarti persepsi mahasiswa terhadap faktor tersebut sudah memadai dan perlu dibiasakan penggunaannya di kehidupan sehari-hari agar kemampuannya dapat tergolong tinggi. Sementara itu, untuk kemampuan *emotional regulation*, *realistic optimism*, *causal analysis*, dan *self-efficacy* kebanyakan mahasiswa bidikmisi tingkat pertama Universitas Padjadjaran

berada pada tingkat rata-rata bawah sehingga membutuhkan faktor protektif dari lingkungan untuk menyempurnakannya. Dalam hal *emotional regulation*, ini menggambarkan bahwa kebanyakan mahasiswa bidikmisi masih kesulitan untuk tetap tenang dalam kondisi di bawah tekanan. Mahasiswa tidak bisa mengontrol emosi, khususnya ketika berhadapan dengan tantangan dan kesulitan ketika berfokus pada tujuan.

PEMBAHASAN

(K. Reivich & Shatté, 2002b) mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan untuk menghadapi situasi yang sulit. Mahasiswa bidikmisi yang memiliki kemampuan resiliensi tinggi (8%) dan di atas rata-rata (51%) akan dapat menghadapi faktor risiko atau ancaman yang ada (latar belakang ekonomi, dan tuntutan akademik), serta berhasil memenuhi kriteria mengenai kualitas hasil yang dianggap baik (potensi akademik baik). Sedangkan, mahasiswa bidikmisi yang resiliensinya rendah (11%) dan di bawah rata-rata (30%) maka mereka tidak akan mampu untuk mengatasi masalah ketika menghadapi kesulitan dan tantangan.

Jenis kelamin merupakan salah satu variabel individu yang memengaruhi keragaman dalam berperilaku. Penelitian kali ini menemukan bahwa tidak ada perbedaan signifikan antara kemampuan resiliensi laki-laki dan perempuan pada mahasiswa bidikmisi tingkat pertama Universitas Padjadjaran ($t_{(176)}=-,093$, $p>0,05$). Pada beberapa penelitian resiliensi sebelumnya juga tidak ada temuan bahwa jenis kelamin memengaruhi tingkat kemampuan resiliensi seseorang. Berjenis kelamin laki-laki atau perempuan tidak menjadi faktor protektif seseorang. Aspek kepribadian, kemampuan berpikir, keyakinan, kelekatan dengan orang tua, dan budaya adalah sebagian dari faktor protektif yang terbukti berpengaruh pada proses resiliensi seseorang (Masten, 2014; Ungar & Theron, 2020).

Mahasiswa bidikmisi tingkat pertama Universitas Padjadjaran mayoritas memiliki kemampuan *emotion regulation* di tingkat rata-rata bawah. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa bidikmisi tingkat pertama masih kesulitan dalam menghadapi tantangan, baik itu berupa situasi maupun orang-orang. *Emotion regulation* yang baik dapat meningkatkan toleransi terhadap situasi dan orang-orang yang menantang dan merugikan, serta dapat membuat kemungkinan yang lebih kecil pada perilaku impulsif, reaktif, atau tidak pantas (Meredith dkk., 2011).

Dalam kemampuan *impulse control*, mayoritas mahasiswa bidikmisi tingkat pertama Universitas Padjadjaran berada pada tingkat rata-rata atas. *Impulse control* merupakan komponen penting dalam *executive function* yang berperan dalam fungsi sosial dan personal seseorang (Bakhshani, 2014). Mayoritas mahasiswa bidikmisi tingkat pertama memiliki kemampuan *realistic optimism* di tingkat rata-rata bawah. *Realistic optimism* menciptakan kekuatan mental agar bisa terus berjalan di masa-masa sulit dan memberikan pola pikir objektif untuk menghadapi tantangan di masa depan (E. Bartz,

2018). Kemampuan *causal analysis* mayoritas mahasiswa bidikmisi tingkat pertama berada pada tingkat rata-rata bawah. Kemampuan *causal analysis* dapat diasah dengan cara mengidentifikasi *belief* (pemikiran) yang mendasari kita berperilaku. Mahasiswa perlu menyadari apakah *beliefs* yang dimiliki itu akurat atau justru irasional. *Beliefs* yang irasional akan membuat mahasiswa untuk terjebak ke dalam masalah yang sama dan memilih strategi penyelesaian masalah yang tidak tepat (K. J. Reivich dkk., 2011b).

Kemampuan empati yang dimiliki mahasiswa bidikmisi tingkat pertama Universitas Padjadjaran mayoritas berada di rata-rata atas. Menguasai empati adalah unsur penting untuk kerja tim, kolaborasi, serta mengakomodasi perbedaan dan keragaman (Taylor dkk., 2020). Kemampuan *self-efficacy* mayoritas mahasiswa bidikmisi berada di tingkat rata-rata bawah. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa bidikmisi kurang memiliki kepercayaan pada kemampuan meregulasi aktivitas. Kemampuan ini sangat dibutuhkan oleh mahasiswa bidikmisi karena *self-efficacy* yang tinggi berasosiasi dengan kinerja akademik yang lebih baik (Cassidy, 2015). Kepercayaan terhadap kemampuan meregulasi aktivitas akademik dapat menentukan level motivasi, aspirasi, dan pencapaian akademik (Cassidy, 2015). Kemampuan *connecting & reaching out* yang dimiliki mahasiswa bidikmisi berada di tingkat rata-rata atas. Artinya mahasiswa bidikmisi mampu mencari kesempatan, tantangan, dan hubungan yang baru –dalam rangka mengembangkan dirinya. Mengekspresikan emosi positif bisa menjadi salah satu cara dalam mempertahankan dan memperluas hubungan sosial (Macleod dkk., 2016). Kemampuan ini dapat dilatih dengan mengikuti komunitas sosial serta berpartisipasi dalam kegiatan-kegiatan kemahasiswaan.

Untuk memahami resiliensi diperlukan perhatian pada konteks dan budaya karena kedua hal ini dapat menjadi baik faktor risiko maupun faktor protektif bagi proses resiliensi seseorang (Li & Yeung, 2019). Dalam hal ini, mahasiswa bidikmisi memiliki ketidakberuntungan dalam bidang ekonomi dan berasal dari budaya yang berbeda pula. Namun, meskipun berasal dari kondisi sosial ekonomi yang tidak menguntungkan dan kekurangan sumber edukasi, hal ini dapat diatasi dengan adanya keluarga dan lingkungan sekolah yang suportif, serta pandangan positif tentang diri (Li & Yeung, 2019). Indonesia terdiri dari banyak suku budaya yang masing-masing memiliki ciri serta nilai unik di budayanya. Berdasarkan penelitian terdahulu seharusnya budaya memberikan “warna” pada resiliensi individu namun ternyata pada penelitian ini belum berhasil membuktikannya.

Meskipun sebagian besar mahasiswa bidikmisi memiliki kemampuan resiliensi yang tergolong memadai, namun terdapat faktor-faktor resiliensi yang perlu dikembangkan yaitu *emotional regulation*, *realistic optimism*, *causal analysis*, dan *self-efficacy*. Mahasiswa dapat melakukan *mindfulness* untuk memperbaiki *emotion regulation* dengan cara meningkatkan *awareness* (Erisman & Roemer, 2010 dalam (Hill & Updegraff, 2012)). Latihan *mindfulness* dapat menjadi metode praktikal untuk mengurangi *burnout* serta meningkatkan resiliensi dan *well-being* (Muir & Keim-

Malpass, 2020). Dalam meningkatkan kemampuan *realistic optimism* intervensi yang dapat digunakan contohnya seperti *Best Possible Self intervention* dan latihan *self-compassion* (Malouff & Schutte, 2017). Akan tetapi, individu dengan optimisme tinggi memiliki risiko *under-performance* ketika memiliki tujuan yang tidak realistis dan gagal mengevaluasi rintangan yang mungkin muncul (Icekson dkk., 2020). Dibutuhkan pola pikir optimis dalam ruang lingkup dan batasan yang realistis untuk mencapai suatu tujuan (Bartz dkk., 2017).

Kemampuan *causal analysis* mahasiswa dapat ditingkatkan dengan mengikuti pelatihan strategi *causal analysis*. Pelatihan dalam menemukan penyebab kritis, efek negative, *multiple outcome*, dan *contingencies* berkontribusi dalam pembuatan solusi yang lebih berkualitas dan lebih orisinal (Hester dkk., 2012). *Self-efficacy* pada mahasiswa dapat ditingkatkan dengan cara intervensi dari pengajar, salah satu caranya yaitu dengan menggunakan alat untuk mengidentifikasi kesalahpahaman pada setiap mahasiswa dan memberikan kesempatan bagi mereka untuk melakukan pembelajaran perbaikan atau remedial yang relevan dengan kesalahpahaman tersebut (Bartimote-Aufflick dkk., 2016).

Keterbatasan penelitian ini adalah pada variasi suku bangsa responden. Mayoritas suku bangsa responden adalah Jawa dan/Sunda (89,9%) sehingga karakteristik sampelnya homogen. Sebagai pertimbangan pula untuk penelitian lebih lanjut, diperlukan jumlah yang representatif dari setiap suku bangsa di Indonesia untuk membuktikan apakah suku bangsa mewarnai dan berpengaruh pada proses resiliensi individu terutama mahasiswa bidikmisi tingkat pertama. Penelitian intervensi menggunakan desain *randomized controlled trial* juga diperlukan untuk menambah bukti empirik dari teori resiliensi yang dikembangkan oleh Reivich-Shatte.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan sebagian mahasiswa bidikmisi, terlepas dari kekurangan dan keterbatasan dari berbagai aspek kehidupan, memiliki kemampuan resiliensi yang memadai. Dengan adanya kemampuan ini, mahasiswa bidikmisi memiliki kapasitas untuk bangkit dari berbagai situasi sulit yang dialami di universitas. Untuk mengoptimalkan kemampuan resiliensi mahasiswa bidikmisi tersebut, masih terdapat faktor-faktor resiliensi yang perlu dikembangkan yaitu *emotional regulation*, *realistic optimism*, *causal analysis*, dan *self-efficacy*. Pengembangan keempat faktor tersebut dapat dilakukan secara berkala melalui pelatihan yang diselenggarakan bekerja sama dengan bagian kemahasiswaan universitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik. (2020). *Persentase Penduduk Miskin September 2019 Turun Menjadi 9,22 Persen*.
<https://www.bps.go.id/pressrelease/2020/01/15/1743/persentase-penduduk-miskin-september-2019-turun-menjadi-9-22-persen.html>
- Bakhshani, N.-M. (2014). Impulsivity: A Predisposition Toward Risky Behaviors. *International Journal Of High Risk Behaviors And Addiction*.
<https://doi.org/10.5812/ijhrba.20428>
- Bartimote-Aufflick, K., Bridgeman, A., Walker, R., Sharma, M., & Smith, L. (2016). The Study, Evaluation, And Improvement Of University Student Self-Efficacy. Dalam *Studies In Higher Education*. <https://doi.org/10.1080/03075079.2014.999319>
- Bartz, D., Bartz, D. T., & Doctor, J. (2017). Strengths Management , Realistic Optimism , And Impressions Management For Managers. *International Journal Of Organizational Theory And Development*.
- Campbell, S., Greenwood, M., Prior, S., Shearer, T., Walkem, K., Young, S., Bywaters, D., & Walker, K. (2020). Purposive Sampling: Complex Or Simple? Research Case Examples. *Journal Of Research In Nursing*.
<https://doi.org/10.1177/1744987120927206>
- Cassidy, S. (2015). *Resilience Building In Students: The Role Of Academic Self-Efficacy*. 6(November), 1–14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01781>
- Christensen, L. B. (2007). *Experimental Methodology* (10th Ed.).
- E. Bartz, Dr. D. (2018). Resilience, Realistic Optimism, And Social Intelligence: Anchors For Managers' Career Success. *International Journal Of Humanities And Social Science*. <https://doi.org/10.30845/ijhss.v8n12p4>
- Goodwin, L. D., & Leech, N. L. (2003). The Meaning Of Validity In The New Standards For Educational And Psychological Testing: Implications For Measurement Courses. Dalam *Measurement And Evaluation In Counseling And Development*.
<https://doi.org/10.1080/07481756.2003.11909741>
- Hester, K. S., Robledo, I. C., Barrett, J. D., Peterson, D. R., Hougen, D. P., Day, E. A., & Mumford, M. D. (2012). Causal Analysis To Enhance Creative Problem-Solving: Performance And Effects On Mental Models. *Creativity Research Journal*.
<https://doi.org/10.1080/10400419.2012.677249>
- Hill, C. L. M., & Updegraff, J. A. (2012). Mindfulness And Its Relationship To Emotional Regulation. *Emotion*. <https://doi.org/10.1037/A0026355>
- Horton, J. (2015). Identifying At-Risk Factors That Affect College Student Success. *International Journal Of Process Education*.
- Icekson, T., Kaplan, O., & Slobodin, O. (2020). Does Optimism Predict Academic Performance? Exploring The Moderating Roles Of Conscientiousness And Gender. *Studies In Higher Education*, 45(3), 635–647.
<https://doi.org/10.1080/03075079.2018.1564257>
- Lacour, M., & Tissington, L. D. (2011). The Effects Of Poverty On Academic Achievement. Dalam *Educational Research And Reviews*.

- Li, H., & Yeung, W. Jun J. (2019). Academic Resilience In Rural Chinese Children: Individual And Contextual Influences. *Social Indicators Research*, 145(2), 703–717. <https://doi.org/10.1007/S11205-017-1757-3>
- Macleod, S., Musich, S., Hawkins, K., Alsgaard, K., & Wicker, E. R. (2016). The Impact Of Resilience Among Older Adults. *Geriatric Nursing*, 37(4), 266–272. <https://doi.org/10.1016/J.Gerinurse.2016.02.014>
- Malouff, J. M., & Schutte, N. S. (2017). Can Psychological Interventions Increase Optimism? A Meta-Analysis. *Journal Of Positive Psychology*, 12(6), 594–604. <https://doi.org/10.1080/17439760.2016.1221122>
- Masten, A. S. (2014). Global Perspectives On Resilience In Children And Youth. *Child Development*. <https://doi.org/10.1111/Cdev.12205>
- Masten, A. S., & Tellegen, A. (2012). Resilience In Developmental Psychopathology: Contributions Of The Project Competence Longitudinal Study. *Development And Psychopathology*. <https://doi.org/10.1017/S095457941200003X>
- Meredith, L. S., Sherbourne, C. D., Gaillot, S. J., Hansell, L., Ritschard, H. V, Parker, A. M., & Wrenn, G. (2011). Promoting Psychological Resilience In The U.S. Military. *Rand Health Quarterly*.
- Muir, K. J., & Keim-Malpass, J. (2020). The Emergency Resiliency Initiative: A Pilot Mindfulness Intervention Program. *Journal Of Holistic Nursing*, 38(2), 205–220. <https://doi.org/10.1177/0898010119874971>
- Reivich, K. J., Seligman, M. E. P., & McBride, S. (2011a). Master Resilience Training In The U.S. Army. *American Psychologist*. <https://doi.org/10.1037/A0021897>
- Reivich, K. J., Seligman, M. E. P., & McBride, S. (2011b). Master Resilience Training In The U.S. Army. *American Psychologist*. <https://doi.org/10.1037/A0021897>
- Reivich, K., & Shatté, A. (2002a). The Resilience Factor: 7 Essential Skills For Overcoming Life’s Inevitable Obstacles. Dalam *The Resilience Factor: 7 Essential Skills For Overcoming Life’s Inevitable Obstacles*.
- Reivich, K., & Shatté, A. (2002b). The Resilience Factor: 7 Essential Skills For Overcoming Life’s Inevitable Obstacles. Dalam *The Resilience Factor: 7 Essential Skills For Overcoming Life’s Inevitable Obstacles*.
- Ristekdikti. (2019). *Apakah Bidikmisi Itu? Kenapa Bukan Disebut Beasiswa?* <https://bidikmisi.belmawa.ristekdikti.go.id/petunjuk/3>
- Sameroff, A., Gutman, L. M., & Peck, S. C. (2003). Adaptation Among Youth Facing Multiple Risks: Prospective Research Findings. Dalam *Resilience And Vulnerability: Adaptation In The Context Of Childhood Adversities*. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511615788.017>
- Taylor, R., Thomas-Gregory, A., & Hofmeyer, A. (2020). Teaching Empathy And Resilience To Undergraduate Nursing Students: A Call To Action In The Context Of Covid-19. *Nurse Education Today*, 94. <https://doi.org/10.1016/J.Nedt.2020.104524>
- Ungar, M. (2019). Designing Resilience Research: Using Multiple Methods To Investigate Risk Exposure, Promotive And Protective Processes, And Contextually Relevant Outcomes For Children And Youth. *Child Abuse And Neglect*. <https://doi.org/10.1016/J.Chiabu.2019.104098>

- Ungar, M., & Theron, L. (2020). Resilience And Mental Health: How Multisystemic Processes Contribute To Positive Outcomes. Dalam *The Lancet. Psychiatry*. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(19\)30434-1](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(19)30434-1)
- Wediyaswari, M., Cahyadi, S., Susiati, E., & Yuanita, R. A. (2019). Rancangan Pendampingan “4 Skills Of Resilience” Untuk Pengembangan Resiliensi Bidang Akademik Pada Mahasiswa Bidik Misi. *Journal of Psychological Science and Profession*. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v3i2.21874>