

Hubungan Efikasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Resiliensi Akademik pada Siswa Sekolah Menengah

Sheryl Selena Cynthia¹, Sondang Maria J Silaen²

Fakultas Psikologi, Universitas Persada Indonesia Y.A.I

Email : sheryl.selena.cynthia@upi-yai.ac.id¹ , sondang.silaen@upi-yai.ac.id²

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan resiliensi akademik pada siswa sekolah menengah di Depok. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jumlah populasi sebanyak 320 siswa. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 175 siswa berusia 14-16 tahun yang dipilih dengan teknik simple random sampling. Metode pengumpulan data menggunakan skala likert yang mencakup skala resiliensi akademik, skala efikasi diri, dan skala dukungan sosial. Pengolahan data dilakukan menggunakan program JASP 0.19.1.0 for Windows. Hasil analisis data melalui uji bivariate correlation menunjukkan adanya hubungan signifikan antara efikasi diri dengan resiliensi akademik serta antara dukungan sosial dengan resiliensi akademik pada siswa sekolah menengah. Hasil analisis menggunakan metode stepwise menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki kontribusi yang lebih dominan terhadap resiliensi akademik.

Kata Kunci : Resiliensi Akademik, Efikasi Diri, Dukungan Sosial

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between self-efficacy and social support with academic resilience in high school students. This study uses a quantitative method with a population of 320 students. The sample in this study was 175 students aged 14-16 years with a random sampling technique. The data collection method uses a Likert scale model, namely the academic resilience scale, self-efficacy scale, and social support scale. Data processing in this study used the JASP 0.19.1.0 for Windows program. Based on the results of data analysis through the bivariate correlation test, it was found that there was a relationship between self-efficacy and academic resilience in high school students and there was a relationship between social support and academic resilience in high school students. The results of the analysis using the stepwise method showed that self-efficacy had a more dominant contribution to academic resilience.

Keywords: Academic Resilience, Self Efficacy, Social Support

1. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan satu tahapan perkembangan penuh tantangan, ditandai dengan berbagai perubahan fisik, sosial dan emosional yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu (Santrock, 2021). G. Stanley Hall (1904) menyebut masa remaja sebagai periode “badai dan stress” dimana individu akan mengalami ketidakpastian serta tantangan dalam berbagai aspek kehidupan (Jannah, 2016).

Berdasarkan survei Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS), satu dari tiga remaja Indonesia (34,9%) atau setara dengan 15,5 juta remaja Indonesia mengalami setidaknya satu masalah kesehatan mental termasuk kecemasan dan stress akademik (Center for Reproductive Health, 2022). Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi akademik siswa adalah efikasi diri dan dukungan sosial. Efikasi diri yang merujuk pada keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mencapai tujuan akademik (Bandura, 1997), serta dukungan sosial dari keluarga, teman dan guru, dapat membantu siswa menghadapi tantangan akademik dengan lebih baik (Taylor, 2015).

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan resiliensi akademik pada siswa sekolah menengah X di Depok.

2. LANDASAN TEORI

RESILIENSI AKADEMIK

Resiliensi adalah kemampuan individu untuk bertahan dan

beradaptasi terhadap situasi-situasi yang sulit, serta kemampuan untuk merespon secara sehat dan produktif ketika berhadapan dengan kesulitan yang ada (Reivich dan Shatte 2002). Menurut Cassidy (2016), resiliensi akademik adalah suatu kemampuan individu untuk dapat meningkatkan keberhasilan dalam hal pendidikan walaupun sedang mengalami kesulitan dalam bidang akademiknya. Sedangkan Martin dan Marsh (2003) mengatakan bahwa resiliensi akademik adalah kemampuan secara efektif menghadapi kemunduran atau kejatuhan, stress atau tekanan dalam lingkungan akademis.

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa resiliensi akademik adalah kemampuan individu untuk dapat bertahan, beradaptasi dan dapat meningkatkan keberhasilan serta merespon secara sehat, produktif dan efektif dalam menghadapi kesulitan, kejatuhan, stress atau tekanan dalam lingkungan akademis.

Aspek-aspek resiliensi akademik menurut Martin dan Marsh (2003) mencakup

- a. Kepercayaan diri,
- b. Kontrol
- c. Penguasaan diri
- d. Komitmen

EFIKASI DIRI

Menurut Bandura (1997), “efikasi diri merupakan keyakinan yang dipegang seseorang tentang kemampuannya dan juga hasil yang akan diperoleh dari kerja kerasnya yang akan mempengaruhi cara individu berperilaku”. Efikasi diri berperan penting dalam menentukan seberapa gigih individu dalam menghadapi kesulitan akademik (Schuck & Pajares, 2002). Sedangkan Corsini (1994) mengatakan efikasi

diri yaitu sebagai keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk berhasil dalam tugas atau situasi tertentu, menurut Baron, Robert A. & Byrne, Donn (2004) efikasi diri adalah keyakinan seseorang akan kemampuan atau kompetensinya atas kinerja tugas yang diberikan, mencapai tujuan atau mengatasi sebuah hambatan. Berdasarkan pengertian beberapa teori diatas maka dapat disimpulkan bahwa efikasi diri adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk dapat berhasil dalam mencapai tujuan. Aspek-aspek efikasi diri menurut Corsini (1994), yaitu:

- a. Kognitif
- b. Motivasi
- c. Afeksi
- d. Seleksi.

DUKUNGAN SOSIAL

Dukungan sosial merupakan faktor penting dalam meningkatkan resiliensi akademik siswa (Cohen dan Syne 1985). Sarafino & Smith (2011) mengatakan dukungan sosial dapat diartikan sebagai kenyamanan, perhatian, ataupun bantuan yang diterima individu dari orang lain, dimana orang lain disini bisa berarti individu secara perseorangan ataupun kelompok. Sedangkan Taylor (2015) mengatakan bahwa dukungan sosial adalah informasi dari orang yang dicintai dan dipedulikan, dihormati dan dihargai, serta bagian dari hubungan dan kewajiban bersama. Dari pengertian para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial adalah berbagai bentuk kenyamanan, perhatian, atau bantuan yang diterima individu dari orang yang dicintai, dihormati dan dihargai, baik dari individu perorangan maupun kelompok yang dapat mempengaruhi kesejahteraan individu.

Sarafino & Smith (2011) mengelompokkan dukungan sosial menjadi empat dimensi, yaitu mengemukakan dukungan sosial meliputi empat dimensi, yaitu :

- a. Dukungan emosional atau penghargaan,
- b. Dukungan nyata atau instrumental
- c. Dukungan Informasi,
- d. Dukungan persahabatan.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasi. Populasi penelitian adalah siswa kelas X disalah satu sekolah menengah di Depok dengan jumlah 320 siswa. Teknik simple random sampling digunakan untuk memilih 175 siswa sebagai sample. Terdapat tiga variabel, variabel terikat yaitu resiliensi akademik dan variabel bebas yaitu efikasi diri dan dukungan sosial. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode skala yaitu Skala Resiliensi Akademik, Skala Efikasi Diri dan Skala Dukungan Sosial.

Instrumen penelitian menggunakan skala Likert dengan lima alternatif untuk mengukur resiliensi akademik, efikasi diri, dan dukungan sosial. Analisa data dilakukan dengan uji *bivariate correlation* yang bertujuan untuk mencari korelasi atau hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan resiliensi akademik, dan menggunakan *multivariate correlation* untuk mengetahui hubungan dari ketiga variabel secara bersamaan serta menggunakan program JASP 0.19.1.0.

4. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisa data *bivariate correlation* yang dilakukan menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara resiliensi akademik dengan efikasi diri pada siswa sekolah menengah, dengan skor korelasi $r = 0.777$, $p < 0.001$. temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi resiliensi akademik pada siswa maka semakin tinggi juga efikasi diri pada siswa. Selanjutnya untuk hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi akademik menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara resiliensi akademik dengan dukungan sosial pada siswa sekolah menengah, dengan skor korelasi $r = 0.494$, $p < 0.001$. temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi resiliensi akademik pada siswa maka semakin tinggi juga dukungan sosialnya.

Untuk analisis data regresi berganda *multivariate correlation* yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial memberikan kontribusi sebesar 60.6% ($R^2 = 0.606 \times 100\%$) terhadap resiliensi akademik, temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi resiliensi akademik pada siswa maka semakin tinggi juga efikasi diri dan dukungan sosial pada siswa.

Pada hasil analisis selanjutnya yaitu dengan menggunakan metode analisis data *stepwise* menunjukkan bahwa kontribusi efikasi diri yaitu sebesar 60.3% ($R^2 = 0.603 \times 100\%$) dan dukungan sosial sebesar 0.3%. Hal ini menunjukkan bahwa efikasi diri memberikan kontribusi yang besar terhadap resiliensi akademik.

5. KESIMPULAN

- Terdapat hubungan positif antara efikasi diri dengan resiliensi akademik pada siswa sekolah menengah.
- Terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan resiliensi akademik pada siswa sekolah menengah.
- Efikasi diri memiliki kontribusi yang lebih dominan terhadap resiliensi akademik dibandingkan dukungan sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W. H. Freeman
- Baron, Robert A. & Byrne, Donn. 2004. *Psikologi Sosial 2*. Jakarta: Erlangga
- Cassidy, S. (2016). The academic resilience scale (ARS-30): A new multidimensional construct measure. *Frontiers in Psychology*, 7 (1787), 1-12. Doi <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01787>
- Center for Reproductive Health, University of Queensland, & Johns Bloomberg Hopkins School of Public Health. (2022). *Indonesia – National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS): Laporan Penelitian*. Pusat Kesehatan Reproduksi.
- Cohen, S., & Syne, S. L. (Eds.). (1985). *Social support and health*. Academic Press.

- Corsini, R. J. (1994). *Encyclopedia of psychology* (2nd ed). Vol 3. New York: John Wiley and Son.
- Jannah, M. (2016). *Remaja dan Tugas-tugas Perkembangannya dalam Islam*. Psikoislamedia, 1.
- Martin, A. J., & Marsh, H. W. (2003). Academic resilience and the four Cs: Confidence, control, composure, and commitment. *Self-concept enhancement and learning facilitation research centre. Australia: University of Western Sydney*.
- Reivich, K., & Shatté, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. Broadway Books.
- Santrock, J. W. (2021). *Adolescence*. New York: McGraw-Hill.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011), *Health Psychology : Biopsychocial Interactions*. 7th Ed., New Jersey : John Wiley & Sons Inc.
- Schunk, D. H., & Pajares, F. (2002). The development of academic self-efficacy. *Development of Achievement Motivation*, 15-31.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Taylor, S. (2015). *Health psychology* (9th ed.). New York: McGraw-Hill Education.