



Hubungan Dukungan Sosial Pasangan dan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa Berpacaran

Aldhi Firman Maulana¹, Retnaningsih²

^{1,2} Fakultas Psikologi, Universitas Gunadarma, Depok

Jl. Margonda Raya No 100, Depok 16424, Jawa Barat, Indonesia

Email: ¹aldifirman692@gmail.com, ²retnaumarpsi@gmail.com

Abstract. *The many pressures and problems in the academic world can have a bad impact on students who experience them. Therefore, students need to have academic resilience. One of the things that can increase academic resilience is partner social support. This study aims to empirically examine the relationship between partner social support and academic resilience in dating students. The research method used in this study is a quantitative method. The sampling technique used is purposive sampling, with the criteria of male and female students and having a partner. The sample in this study amounted to 101 respondents. The data collection technique was carried out using a questionnaire in the form of a google form. The academic resilience scale was compiled based on aspects of academic resilience with an Alpha Cronbach value of 0.868. The couple's social support scale was compiled based on the couple's social support aspects with an Alpha Cronbach value of 0.845. Based on the results of the study, a correlation coefficient value of 0.417 and a significance value of 0.000 ($p < 0.05$) were obtained. These results show that there is a very significant positive relationship between the social support of the couple and the academic resilience of the dating students.*

Keywords: *Social support of couples, academic resilience, students dating.*

Abstrak. Banyaknya tekanan dan masalah-masalah dalam dunia akademik, dapat berdampak buruk pada mahasiswa yang mengalaminya. Oleh karena itu mahasiswa perlu memiliki resiliensi akademik. Salah satu yang dapat meningkatkan resiliensi akademik adalah dukungan sosial pasangan. Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan antara dukungan sosial pasangan dan resiliensi akademik pada mahasiswa berpacaran. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*, dengan kriteria mahasiswa laki-laki dan perempuan serta memiliki pasangan. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 101 responden. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner dalam bentuk *google form*. Skala resiliensi akademik disusun berdasarkan aspek-aspek resiliensi akademik dengan nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0,868. Skala dukungan sosial pasangan disusun berdasarkan aspek-aspek dukungan sosial pasangan dengan nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0,845. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,417 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial pasangan dengan resiliensi akademik pada mahasiswa berpacaran.

Kata kunci : Dukungan sosial pasangan, resiliensi akademik, mahasiswa berpacaran.

1. PENDAHULUAN

Setiap mahasiswa mengalami masalah dan kesulitan yang berbeda dalam kehidupan akademiknya (Utami, 2020). Menurut Wulandari dan Kumalasari (2022) mahasiswa akan menghadapi berbagai tuntutan akademik seperti menjadi lebih mandiri dalam menghadapi perubahan sistem pendidikan di institusi, mendapatkan prestasi yang diharapkan oleh keluarga, menyelesaikan tugas dengan baik dan tepat waktu, serta memperoleh nilai yang baik dan memuaskan. Berbagai tuntutan akademik yang tinggi dapat membuat mahasiswa merasa tidak mampu untuk bertahan dan beberapa diantaranya memutuskan untuk berhenti kuliah.

Berdasarkan data statistik pendidikan tinggi Indonesia yang dimuat oleh Kemenristekdikti (2019) menyatakan angka putus kuliah di Indonesia mencapai 698.261 mahasiswa. Bahkan dengan beban akademik yang dirasakan begitu tinggi, cenderung membuat mahasiswa memutuskan untuk mengakhiri hidup. Hal ini disampaikan dalam penelitian Purwanti dan Rohmah (2020) yang menyatakan bahwa sebagian besar kasus bunuh diri pada mahasiswa diakibatkan karena permasalahan tugas dan skripsi, contohnya di Inggris sepanjang 2016-2017 telah terjadi 95 kasus bunuh diri, sementara di Jepang terdapat kasus bunuh diri sebanyak 250 kasus dalam periode yang sama. Sementara itu, di Indonesia terdapat 20 kasus bunuh diri dalam rentang Mei 2016 sampai dengan Desember 2018. Fenomena lain yang cukup umum dikalangan mahasiswa adalah lulus tidak tepat waktu.

Menurut Peraturan Menteri Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia Nomor 44 Tahun 2015 pasal 16 ayat 1, masa belajar sarjana paling lama adalah 7 tahun, sedangkan menurut Kandra (2016), umumnya dibutuhkan 4 tahun untuk menyelesaikan kuliah tingkat sarjana. Fenomena lulus tidak tepat waktu terjadi di beberapa perguruan tinggi di tanah air. Menurut Satria (2017), Universitas Gadjah Mada meluluskan 1.433 sarjana dengan lama kuliah rata-rata 4 tahun 7 bulan pada 17 Mei 2017, sedangkan menurut Gusti (2016), pada Februari 2016, Universitas Gadjah Mada meluluskan 1.521 sarjana dengan lama kuliah rata-rata 4 tahun 8 bulan. Sementara itu, mahasiswa Fakultas Pertanian Institut Pertanian Bogor yang lulus dalam waktu 4 tahun 2 atau kurang adalah 7,82% pada tahun ajaran 2015/2016. Universitas Gunadarma sendiri memiliki lama masa belajar sarjana rata-rata 4,5 tahun atau 9 semester dan yang menjadi kendala utama dalam lulus tepat waktu di Universitas Gunadarma adalah penulisan ilmiah sarjana muda (Pradana & Putri, 2019).

Berdasarkan fenomena tersebut, dapat diketahui bahwa mahasiswa memerlukan kemampuan untuk bertahan atau ketahanan dalam menghadapi suatu tantangan dan kesulitan yang dikenal dengan istilah resiliensi (Martin, 2013). Kapabilitas individu dalam bertahan, beradaptasi, dan menghadapi masalah kehidupan akan menjadi persoalan yang penting. Imandiri, Widyastuti, dan Jonosewojo (2017) menjelaskan bagaimana mahasiswa dalam masa peralihan harus menghadapi emosi yang tidak stabil dan tekanan psikologis yang diakibatkan oleh tugas-tugas akademiknya dan dapat berujung pada terjadinya hal-hal yang tidak diinginkan. Hendriani (2018) menyatakan bahwa resiliensi sebagai suatu proses dinamis yang melibatkan peran berbagai faktor individual, sosial dan lingkungan yang mencerminkan kekuatan dan ketangguhan individu untuk bangkit dari pengalaman emosional negatif saat menghadapi situasi sulit yang menekan atau mengandung hambatan yang signifikan.

Grotberg (2001) menjelaskan tiga sumber resiliensi yaitu *i have*, *i am*, dan *i can*. *I have* adalah sumber resiliensi yang diperoleh dari dukungan sosial orang sekitar. *I am* adalah sumber resiliensi yang berkaitan dengan kemampuan individu yang ada di dalam diri. *I can* adalah sumber resiliensi yang berkaitan dengan kemampuan dalam menyelesaikan masalah, keterampilan sosial dan interpersonal. Gizir (2004) menyatakan resiliensi di ranah akademik merujuk pada kemampuan seorang mahasiswa untuk memiliki ketahanan dalam menghadapi tantangan akademik yang disebut resiliensi akademik. Martin dan Marsh (2003) menjelaskan bahwa mahasiswa yang dapat disebut resilien dalam konteks akademis adalah individu yang mampu mengatasi kejatuhan (*setback*), tantangan (*challenge*), kesulitan (*adversity*), dan tekanan (*pressure*) dengan efektif dalam konteks akademis. Lebih lanjut, dimensi resiliensi akademik juga dijelaskan di dalam penelitian Martin dan Marsh (2003), yang meliputi *self-belief*, *control*, *composure*, dan *commitment*. Kemampuan resiliensi dapat membantu mahasiswa untuk mencegah terjadinya tekanan psikologis yang berpotensi memengaruhi kinerja akademik mahasiswa secara negatif (Mallick & Kaur, 2016).

Menurut Kutlu dan Yavuz (2016) terdapat dua faktor utama terkait resiliensi akademik pada individu, yaitu faktor risiko dan faktor pelindung. Faktor risiko merupakan faktor yang melemahkan resiliensi dan meningkatkan kemungkinan individu untuk berperilaku negatif. Sementara itu, Rojas (2015) menambahkan penjelasan bahwa faktor pelindung merupakan faktor yang dapat memfasilitasi adaptasi positif dan membantu individu menjadi resilien. Faktor pelindung dapat berasal dari dua macam, yaitu faktor pelindung internal dimana kualitas dan karakteristik yang dimiliki oleh individu (misalnya keterampilan, sikap, keyakinan, dan nilai). Sebaliknya, faktor pelindung eksternal adalah dukungan sosial dari lingkungan sekitar (misalnya rumah, sekolah, komunitas, pasangan, dan teman sebaya) (Cheng & Catling, 2015). Florentina, Gunawan dan Andini (2021) mengatakan salah satu faktor pelindung resiliensi akademik adalah dukungan sosial. Dukungan sosial dapat berasal dari berbagai sumber seperti pasangan atau kekasih, orang lain, keluarga, teman, bahkan organisasi atau komunitas (Sarafino & Smith, 2011). Sejumlah penelitian telah banyak dilakukan mengenai faktor pelindung dalam konteks resiliensi. Penelitian yang dilakukan terhadap 11 akademisi di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Ankara, Turki menemukan bahwa faktor pelindung yang berkontribusi tinggi untuk resiliensi akademik antara lain adalah dukungan keluarga, kepercayaan diri, dukungan pasangan, dan dukungan guru (Kutlu & Yavuz, 2016).

Mansfield, Beltman, Price, dan McConney (2012) menemukan bahwa dukungan sosial berkaitan dengan berbagai bentuk dukungan yang diterima individu dari orang lain dan lingkungan sosialnya yang lebih luas. Dengan adanya dukungan sosial, individu akan merasa

didukung, dihargai, dan tidak sendirian dalam tantangan akademik. Mansfield dkk (2012) menambahkan dukungan sosial dapat membantu individu mengurangi tekanan dan meningkatkan kemampuan individu dalam mencapai keberhasilan akademik. Dalam penelitian tersebut, peran dukungan sosial dalam membangun ketahanan akademik menjadi hal yang penting. Selanjutnya, Penelitian yang dilakukan King (2014) menunjukkan bahwa individu yang memiliki dukungan sosial tinggi akan membantunya dalam menghadapi berbagai keadaan sulit karena tidak akan merasa sendirian dan membuat kesulitan menjadi lebih ringan dengan bantuan dukungan informatif berupa nasehat, petunjuk, saran ataupun umpan balik dari orang-orang terdekat. Mahasiswa yang berhasil biasanya memiliki *role model* dan pihak yang peduli pada individu yang selalu memberikan masukan dan bantuan dalam mengambil keputusan yang baik, sehingga pengaruh orang terdekat memiliki peran penting ketika membuat keputusan untuk tetap semangat dalam menjalani perkuliahan.

Dalam konteks mahasiswa, hubungan yang dibangun dengan pasangannya dapat menjadi sumber dukungan emosional, dukungan dalam hal-hal praktis, dan dukungan sosial yang memiliki peranan penting dalam membantu mahasiswa mengatasi berbagai tantangan akademik yang mahasiswa hadapi. Dorio (2008) mendefinisikan dukungan pasangan sebagai berbagai bentuk yang diberikan oleh individu kepada pasangannya yang terikat dalam hubungan romantis. Sementara itu, pasangan merupakan dua hal yang berdampingan atau bersamaan, menjadi satu dari mengaplikasikan dua hal yang berbeda, atau menjadi dua bila bergabung dengan yang lain (Aji, 2020). Perasaan suka dan cinta pada individu terhadap lawan jenis, pada umumnya diekspresikan dengan hubungan yang dikenal dengan istilah pacaran (Sirojammuniro, 2020). Perilaku pacaran sehat memiliki dampak yang positif. Seperti yang diungkapkan oleh Aviva (2016) pacaran dapat memiliki manfaat yang baik seperti memiliki motivasi belajar, memperluas pergaulan, timbulnya perasaan tenang, nyaman, aman, bahagia, dan terlindungi saat bersama pasangan.

Sari dan Indrawati (2016) dalam penelitiannya menyatakan bahwa kurangnya dukungan yang diterima dari pasangan dapat menjadi penyebab para mahasiswa terlambat menyelesaikan perkuliahannya. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Furman dan Buhrmester (1992) yang menunjukkan bahwa pada tahun-tahun kuliah, dukungan dari pasangan laki-laki adalah salah satu dukungan yang memberikan pengaruh paling besar bagi perempuan. Pacaran juga dapat memengaruhi aspek-aspek lain dari perkembangan individu seperti perkembangan identitas, pengembangan hubungan dekat dengan teman sebaya, perkembangan seksualitas dan pencapaian akademik.

Penelitian yang dilakukan oleh Jowkar, Kohoulat, dan Zakeri (2011) menyatakan bahwa

pola komunikasi keluarga, termasuk dukungan dari pasangan berhubungan positif dengan resiliensi akademik. Penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan pasangan dapat menjadi bagian dari pola komunikasi keluarga yang berkontribusi pada resiliensi akademik. Selain itu, Penelitian yang dilakukan oleh Bennet, Stoops, Call, dan Flett (2007) menemukan bahwa mahasiswa yang merasa didukung oleh pasangannya cenderung memiliki tingkat stres yang lebih rendah dan kemampuan untuk mengatasi masalah yang lebih baik. Sebuah studi yang dilakukan oleh Zayed (2016), menunjukkan pengaruh yang positif signifikan antara dukungan pasangan terhadap akademik dan kesejahteraan psikologis individu. Hal ini ditunjukkan dengan rata-rata dari responden yang memiliki pasangan memperoleh IPK di atas 3.

Rusli dan Sriwahyuni (2023) mendapatkan hasil bahwa dukungan pasangan berkorelasi positif dengan resiliensi pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Dalam penelitiannya, resiliensi ibu meningkat dengan adanya dukungan sosial pasangannya. Penelitian Edianti dan Rahmadian (2022) juga menunjukkan bahwa adanya hubungan yang positif antara dukungan pasangan dengan resiliensi pada staf kebersihan yang bekerja di rumah sakit selama pandemi covid-19. Peneliti merasa penelitian ini penting untuk dilakukan karena mahasiswa berada pada masa dimana individu mencari dan membutuhkan seorang pasangan, akan tetapi di sisi lain memiliki tugas untuk tetap menjalani dan menyelesaikan perkuliahannya, sehingga penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan teoritis yang dapat membantu mahasiswa dalam memilih prioritasnya pada masa perkuliahan. Papalia dan Feldman (2014) mengatakan bahwa mahasiswa berada pada tahap dewasa awal, dimana pasangan atau partner memiliki peranan yang penting pada tahap perkembangan ini. Dalam konteks hubungan asmara, dukungan pasangan dapat menjadi faktor penting dalam meningkatkan resiliensi akademik mahasiswa (Mansfield dkk. 2012). Sejauh pencarian yang telah peneliti lakukan, penelitian yang mengkaji hubungan dukungan sosial, khususnya dukungan dari pasangan dengan resiliensi akademik masih jarang, terutama di Indonesia. Terlebih lagi, studi-studi sebelumnya umumnya fokus pada individu yang sudah menikah, sedangkan penelitian yang melibatkan mahasiswa yang sedang menjalin hubungan pacaran masih belum banyak dilakukan. Oleh karena itu, perumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara dukungan sosial pasangan dengan resiliensi akademik pada mahasiswa berpacaran?

2. METODE PENELITIAN

Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa berpacaran dengan kriteria subjek penelitian mahasiswa laki-laki dan perempuan serta memiliki pasangan. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 101 responden yang diperoleh dengan teknik *purposive sampling*. Resiliensi akademik dalam penelitian ini akan diukur dengan menggunakan skala resiliensi akademik yang merupakan adaptasi dari *Academic Resilience Scale* (ARS-30). Skala ini dikembangkan oleh Cassidy (2016) berdasarkan tiga aspek resiliensi akademik yaitu ketekunan, mencari bantuan adaptif, dan pengaruh negatif dan respons emosional. Penilaian skala ini menggunakan skala likert, di mana dalam pengukurannya terbagi atas empat bentuk variasi jawaban: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS) dengan rentang skor mulai dari 1 hingga 4. Dukungan sosial pasangan dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan skala dukungan sosial pasangan yang merupakan adaptasi dari *Receipt of Spousal Support Items*. Skala ini disusun oleh Dorio (2008) yang terdiri atas dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasi. Penilaian skala ini menggunakan skala likert, di mana dalam pengukurannya terbagi atas empat bentuk variasi jawaban: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS) dengan rentang skor mulai dari 1 hingga 4.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis *Correlation Pearson Product Moment* yaitu untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial pasangan dengan resiliensi akademik pada mahasiswa berpacaran. Proses analisis data dilakukan dengan bantuan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS) version 24 for windows*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara dukungan sosial pasangan dengan resiliensi akademik pada mahasiswa berpacaran. Berdasarkan hasil uji korelasi *Pearson Product Moment* yang telah dilakukan, diperoleh nilai $r = 0,417$ dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial pasangan dengan resiliensi akademik pada mahasiswa berpacaran. Semakin tinggi dukungan sosial pasangan, maka semakin tinggi pula resiliensi akademik pada mahasiswa berpacaran. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial pasangan, maka semakin rendah pula resiliensi akademik pada mahasiswa berpacaran. Dengan

adanya dukungan sosial dari pasangan membuat individu merasa lebih termotivasi untuk menyelesaikan tugas-tugasnya dalam mencapai tujuan yang diinginkan dalam perkuliahan.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diperoleh hasil bahwa mahasiswa berpacaran selaku subjek penelitian menerima dukungan sosial dari pasangan yang tinggi dengan nilai *mean* empirik 46,07 yang berarti mahasiswa yang berpacaran merasa lebih bersemangat dalam menghadapi tantangan dalam perkuliahannya karena pasangan berperan sebagai pendengar dan teman diskusi yang baik, sehingga dapat meringankan beban mahasiswa dalam menjalani perkuliahan. Individu yang memiliki dukungan sosial pasangan yang tinggi memiliki semangat dalam melakukan tanggung jawabnya, memunculkan perasaan tenang, rasa dipedulikan, rasa disayangi, dan rasa memiliki seseorang yang dapat diandalkan dalam menjalankan tanggung jawabnya dalam sehari-hari (Utami & Wijaya, 2018). Sedangkan resiliensi akademik pada mahasiswa berpacaran berada pada kategori tinggi dengan *mean* empirik 81,07. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang berpacaran memiliki kemampuan yang sangat baik dalam menghadapi tantangan akademik yang membantu mereka tetap termotivasi dan bertahan dalam berbagai kondisi. Individu dengan resiliensi akademik tinggi memiliki kemampuan untuk bertahan, bangkit, dan beradaptasi secara positif dalam menghadapi tantangan akademik (Okvella & Setyandari, 2022).

Berdasarkan jenis kelamin responden, diketahui bahwa tidak ada perbedaan resiliensi akademik antara responden laki-laki dengan perempuan, keduanya dalam kategori tinggi. Hal ini dapat terjadi karena resiliensi akademik tidak dipengaruhi oleh jenis kelamin. Artinya, faktor gender tidak berpengaruh pada tingkat resiliensi akademik mahasiswa. Temuan ini sejalan dengan penelitian Latif dan Amirullah (2020), yang menunjukkan bahwa resiliensi akademik tidak bergantung pada gender. Hal ini didukung oleh pendapat Andriani dan Listiyandini (2017) yang menjelaskan resiliensi akademik lebih dipengaruhi oleh banyak faktor seperti tingkat pendidikan, umur, budaya, sosial, pengalaman traumatis, tekanan hidup, masa lalu dan masa sekarang. Selanjutnya, diketahui juga bahwa tidak ada perbedaan dukungan sosial pasangan pada responden laki-laki dan perempuan, keduanya dalam kategori tinggi. Hal tersebut dapat terjadi karena mahasiswa memiliki kualitas hubungan yang baik dengan pasangannya.

Mahasiswa yang memiliki hubungan yang sehat dan harmonis dengan pasangannya cenderung memperoleh dukungan sosial yang tinggi, hal ini dikarenakan kedua pasangan saling mendukung dengan penuh pengertian dan komitmen. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Lange dan Balliet (2015) yang mengatakan bahwa hubungan interpersonal yang sehat didasarkan pada saling ketergantungan satu sama lainnya. Dalam hubungan yang sehat,

pasangan memiliki kepentingan bersama untuk mempertahankan dan meningkatkan hubungan tersebut. Ketika ada rasa saling pengertian dan komitmen, pasangan cenderung bekerja sama untuk menghadapi tantangan, memberikan dukungan emosional, dan mempertahankan keseimbangan dalam hubungan. Ini menciptakan ikatan yang kuat dan memberikan dukungan sosial yang tinggi bagi kedua belah pihak.

Berdasarkan usia responden, diketahui bahwa tidak ada perbedaan resiliensi akademik pada responden berusia 18-21 tahun dan responden berusia 22-25 tahun, keduanya dalam kategori tinggi. Hal ini dapat terjadi karena mahasiswa dari kelompok usia tersebut memiliki motivasi kuat untuk menyelesaikan studi atau perkuliahannya yang bisa mendorong mereka untuk mengatasi tantangan akademik dengan cara yang efektif. Hal ini sesuai dengan penelitian Andriani dan Listiyandini (2017) yang menunjukkan bahwa semakin matang usia mahasiswa, mahasiswa tersebut akan terampil dalam memecahkan suatu masalah. Demikian pula pada dukungan sosial pasangan, diketahui bahwa tidak ada perbedaan dukungan sosial pasangan pada responden berusia 18-21 tahun dan responden berusia 22- 25 tahun, keduanya dalam kategori tinggi. Hal ini dapat terjadi karena mahasiswa menghadapi tantangan yang sama, seperti tekanan akademik, transisi menuju kehidupan dewasa, dan pencarian jati diri. Kebutuhan akan dukungan pasangan dalam menghadapi tantangan- tantangan ini berperan penting dalam membantunya untuk mengelola *stress*, mencapai kestabilan emosional, serta menjaga keseimbangan antara tuntutan akademik dan kehidupan pribadi. Hal ini sejalan dengan penelitian Cutrona (1996) yang menunjukkan bahwa hubungan yang positif dengan pasangan dapat membantu mengurangi stress, karena peran pasangan sebagai orang terdekat yang dapat memahami dan mendukung dalam menghadapi tantangan hidup, termasuk dalam mengatasi tantangan akademik dan pribadi.

Berdasarkan tingkatan kuliah responden, diketahui bahwa tidak ada perbedaan resiliensi akademik berdasarkan tingkatan responden, semuanya dalam kategori tinggi. Hal ini dapat terjadi karena mahasiswa yang berada baik di tingkat I, II, III, dan IV mendapat dukungan yang konsisten yang berasal dari teman, keluarga, maupun pasangan dimana dukungan tersebut membantu mahasiswa yang berpacaran mempertahankan tingkat resiliensi yang sama di setiap tahun kuliah. Dukungan ini dapat berupa dorongan moral, bantuan dalam menyelesaikan tugas, atau menjadi sumber pendengar yang baik. Asih, Fahmy, Novrianda, Lucida, Priscilla, dan Putri (2019) berpendapat bahwa dukungan sosial yang diberikan orang- orang di sekitar individu yang sedang mengalami kesulitan, akan meningkatkan ketahanan individu tersebut untuk menghadapi masalah yang sedang dihadapinya. Temuan ini didukung oleh pendapat Said, Rahmawati, dan Supraba (2021) yang menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan

bantuan yang diberikan oleh lingkungan sekitar baik bersifat material maupun non material. Adanya dukungan sosial pada mahasiswa maka akan dapat mempengaruhi ketangguhan dalam proses pendidikan. Selanjutnya, diketahui bahwa tidak ada perbedaan dukungan sosial pasangan berdasarkan tingkatan responden, semuanya dalam kategori tinggi. Hal ini berarti mahasiswa semester awal sampai semester akhir pada penelitian ini menerima dukungan sosial dari pasangannya dengan baik. Pasangan dapat memberikan dukungan dalam bentuk emosional, praktis, informasional, maupun penghargaan (Dorio, 2008).

Berdasarkan lama berpacaran, diketahui bahwa tidak ada perbedaan resiliensi akademik pada responden dengan lama berpacaran <1 tahun, 1 – 2 tahun dan >2 tahun, semuanya berada dalam kategori tinggi. Hal ini dapat terjadi karena mahasiswa yang sudah lama berpacaran telah mengembangkan berbagai keterampilan dan strategi untuk mengatasi tantangan akademik, sehingga mahasiswa tersebut memiliki tingkat resiliensi yang tinggi. Hal ini sejalan dengan teori Cassidy (2016) yang mengungkapkan kemampuan koping yang efektif dapat meningkatkan resiliensi yang mencakup keterampilan dan strategi mengatasi stress dan juga memecahkan permasalahan dalam segala kondisi. Selanjutnya, berdasarkan lama berpacaran diketahui bahwa tidak ada perbedaan dukungan sosial pasangan pada responden dengan lama berpacaran <1 tahun, 1 – 2 tahun dan >2 tahun, semuanya dalam kategori tinggi. Hal ini dapat terjadi karena semakin lama seseorang berpacaran, semakin dalam dan kuat hubungan emosional yang terbentuk. Seiring berjalannya waktu, pasangan cenderung lebih mengenal satu sama lain, memahami kebutuhan emosional dan akademik, serta mengembangkan cara-cara untuk saling mendukung. Gottman (2015) berpendapat bahwa ketika pasangan merasa nyaman secara emosional, mereka akan lebih terbuka untuk saling mendukung, sehingga merasa diterima dan didukung dalam hubungan mereka.

4. SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial pasangan dengan resiliensi akademik pada mahasiswa berpacaran. Artinya semakin tinggi dukungan sosial pasangan yang diterima maka semakin tinggi juga resiliensi akademik pada mahasiswa berpacaran. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial pasangan yang diterima, maka semakin rendah resiliensi akademik pada mahasiswa berpacaran.

Dari hasil penelitian juga diketahui bahwa mahasiswa berpacaran dalam penelitian ini memiliki resiliensi akademik dan dukungan sosial pasangan yang tinggi. Berdasarkan jenis kelamin, tidak ada perbedaan resiliensi akademik dan dukungan sosial pasangan pada

responden laki-laki maupun perempuan, keduanya berada dalam kategori tinggi. Berdasarkan usia, diketahui tidak ada perbedaan resiliensi akademik dan dukungan sosial pasangan antara responden berusia 18-21 tahun dan responden berusia 22-25 tahun, keduanya dalam kategori tinggi. Berdasarkan tingkatan, diketahui bahwa tidak ada perbedaan resiliensi akademik dan dukungan sosial pasangan pada responden yang berada di tingkat I, II, III, dan IV, semuanya berada pada kategori tinggi. Kemudian, berdasarkan lama berpacaran diketahui bahwa tidak ada perbedaan resiliensi akademik dan dukungan sosial pasangan antara responden dengan lama berpacaran <1 tahun, 1 – 2 tahun dan >2 tahun, semuanya berada pada kategori tinggi.

Saran untuk Mahasiswa Berpacaran Berdasarkan hasil penelitian, maka diharapkan mahasiswa dapat mengoptimalkan peran pasangannya untuk saling mendukung dalam menghadapi tantangan akademik, sehingga dapat mengembangkan resiliensi akademik yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, F. B. (2020). Konsep Pasangan Menurut M. Quraish Shihab dalam Tafsir Al-Misbah. Tesis. 75-76.
- Aviva, V. (2016). Latar belakang perilaku berpacaran pada siswa SMA Negeri 8 Semarang. Tesis. Semarang: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang 50-52.
- Bennett, L. W., Stoops, C., Call, C., & Flett, H. (2007). *Program completion and re-arrest in a batterer intervention system*. Research on Social Work Practice, 17(1), 42-54, <https://doi.org/10.1177/1049731506293729>.
- Cassidy, S. (2016). *The Academic Resilience Scale (ARS-30): a New Multidimensional Construct Measure*. Frontiers in Psychology, 1-11. <http://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01787>.
- Cheng, V., & Catling, J. (2015). *The Role of Resilience, Delayed Gratification and Stress In Predicting Academic Performance*. Psychology Teaching Review. 21(1), 14-15.
- Dorio, J. M. (2008). *The Provision of Spousal Support: Antecedents, Consequences, and Crossover Effects*. Tampa Graduate Theses and Dissertations.
- Rahmadian, L., & Edianti, A. (2022). Spousal Support and Resilience During The Covid-19 Pandemic : From The Perspectives of Cleaning Staffs Working on Hospitals. Jurnal Psikologi, 21(1). 12-22.
- Florentina, T., Gunawan, A., & Andini, A. K. (2021). Kontribusi Social Support dan Hardiness terhadap Academic Resilience pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi Di Kota Makassar. Jurnal Ilmiah Ecosystem, 21(2), 385-386. <http://doi.org/10.35965/eco.v21i2.1077>.
- Furman, W., & Buhrmester, D. (1992). *Age and Sex Differences in Perceptions of Networks of Personal Relationships*. Child Development, 107-108.
- Gizir, C. A. (2004). Academic Resilience : An Investigation of Protective Factors

Contributing to The Academic Achievement of Eighth Grade Students In Poverty. Thesis. Istanbul: Departement Educational Science of Middle East Technical University., 14- 19. <http://dx.doi.org/10.1177/2156759X0901300103>

- Gottman, J. M., & Gottman, J. S. (2015). *Gottman Couple Therapy*. In A. S. Gurman.
- Alan S. Gurman, Jay L. Lebow, Douglas K. Snyder (2015), *Clinical Handbook of Couple Therapy, Fifth Edition*. The Guilford Press.
- Grotberg, E. H. (2001). *Resilience Programs For Children In Disaster*. *Ambulatory Child Health*, 7(2), 75-83. <https://doi.org/10.1046/j.1467-0658.2001.00114.x>.
- Gusti, (2016). UGM Wisuda 1.802 Lulusan Sarjana dan Diploma. UGM. Diakses dari: <https://ugm.ac.id/id/berita/11219-ugm.wisuda.1802.lulusan.sarjana.dan.diploma>.
- Hendriani, W. (2018). *Resiliensi Psikologi*. Kencana.
- Imandiri, A., Widyastuti, E., & Jonosewojo, A. (2017). *State Anxiety Inventory Score Among Students With Final Assignment*. *Journal of Vocational Health Studies*, 1(1), 1-14. <https://doi.org/10.20473/jvhs.V1.I1.2017.11-14>.
- Jowkar, B., Kojuri, J., Kohoulat, N., & Hayat, A. A. (2014). *Academic Resilience in Education: The Role of Achievement Goal Orientations*. *Journal of Advances in Medical Education & Professionalism*, 2(1), 34-35.
- Jowkar, B., Kojuri, J., Kohoulat, N., & Zakeri, H. (2011). *Family Communication Patterns and Academic Resilience*. *Procedia- Social Behavioral Sciences*, 2(9), 87-90. <http://dx.doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.11.210>.
- Kandra. (2016). Kuliah itu berapa lama sih? ini jawabanya. Pencari cerah. Diakses dari: <https://pencaricerah.com/kuliah-ituberapa-tahun>
- Kemenristekdikti. (2019). *Statistik pendidikan tinggi 2019 (ed 4)*. Pusat Data Informasi Iptek Dikti.
- King, L. A. (2014). *Psikologi Umum Sebuah Pandangan Apresiasi*. Salemba Humanika.
- Kutlu, Ö., & Yavuz, H. Ç. (2016). Factors That Play a Role in the Academic Resilience of Academicians. *Journal of Educational Sciences Research*, 6(2), 131-134 <http://dx.doi.org/10.12973/jesr.2016.62.8>.
- Mallick, M. K., & Kaur, S. (2016). *Academic Resilience Among Senior Secondary School Students: Influence Of Learning Environment*. *Rupkatha Journal on Interdisciplinary Studies in Humanities*, 8(2), 20-21. <http://dx.doi.org/10.21659/rupkatha.v8n2.03>.
- Mansfield, C., Beltman, S., Price, A., & McConney, A. (2012). Don't sweat the small stuff: understanding teacher resilience at the chalkface. *Teaching and Teacher Education*, 28(3), 2-10, <https://doi.org/10.1016/j.tate.2011.11.001>
- Martin, A. J. (2013). *Academic buoyancy and academic resilience: exploring 'everyday' and 'classic' resilience in the face of academic adversity*. *School Psychology International*, 2-3. <http://doi.org/10.1177/0143034312472759>.
- Martin, A. J., & Marsh, H. W. (2003). *Academic Resilience and The Four Cs: Confidence, Control, Composure, and Commitment*. *Nzere Aare*, 10-11.
- Papalia, D. E., & Feldman, R. D. (2014). *Human development (11th Ed.)*. New York: McGraw-Hill.

- Pradana, S. A., & Putri, D. E. (2019). Flow Experience dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 12(1), 44-56.
<http://dx.doi.org/10.35760/psi.2019.v12i1.1915>.
- Purwanti, S., & Rohmah, A. N. (2020). Mahasiswa dan bunuh diri : resiliensi mahasiswa dalam menghadapi skripsi. *Jurnal Pengabdian pada Masyarakat*, 4(4), 373-374.
- Rojas, L. F. (2015). *Factors Affecting Academic Resilience in Middle School Students: A Case Study*. *GiST Education and Learning Research*, 63–78.
<http://dx.doi.org/10.26817/16925777.286>.
- Sriwahyuni, A., & Rusli, D. (2023). Hubungan antara dukungan sosial pasangan dengan resiliensi ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Yayasan Inspirasi Pembelajar. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 1853-1860.
- Sari, P. K., & Indrawati, E. S. (2016). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir jurusan fakultas teknik Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 5(2), 177-179.
- Sirojammuniro, A. (2020). Analisis Pola Perilaku Pacaran Pada Remaja. *Academic Journal of Psychology and Counseling*, 1(2), 124-125.
<https://doi.org/10.22515/ajpc.v1i2.3128>
- Utami, K. P., & Wijaya, Y. D. (2018). Pengaruh dukungan sosial pasangan dengan konflik pekerjaan keluarga pada ibu bekerja. *Jurnal Psikologi*, 16(1), 1-8.
- Utami, L. H. (2020). Bersyukur dan Resiliensi Akademik Mahasiswa. *Nathiqiyyah : Jurnal Psikologi Islam*, 3(1). 1-2
- Wulandari, & Kumalasari, D. (2022). Resiliensi akademik pada mahasiswa : bagaimana kaitannya dengan dukungan dosen? *Jurnal Psikologi Malahayati*, 4(1). 19-20
- Zayed, N. (2016). *Romantic Relationships Effects Academically and Psychologically*. *ResearchGate*, 23-24.