



# PENGARUH **SELF EFFICACY** DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP RESILIENSI MAHASISWA PENDIDIKAN GURU MADRASAH IBTIDAIYAH

**Ifrahunnada Halimsyah Rambe <sup>1\*</sup>, Nuraini<sup>2</sup>, Salamiah Sari Dewi<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Universitas Medan Area, Medan, Indonesia

<sup>2</sup>Universitas Negeri Medan, Medan, Indonesia

## Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh self-efficacy dan dukungan sosial terhadap resiliensi mahasiswa Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif asosiatif dengan pengumpulan data melalui kuesioner dan wawancara. Analisis data dilakukan menggunakan regresi linear berganda dan koefisien determinasi melalui SPSS 27. Populasi penelitian berjumlah 177 mahasiswa, dengan sampel sebanyak 123 orang yang ditentukan menggunakan rumus Slovin. Hasil penelitian menunjukkan bahwa self-efficacy dan dukungan sosial secara simultan berpengaruh terhadap resiliensi, dengan  $F$ hitung >  $F$ tabel ( $78,403 > 3,92$ ). Secara parsial, self-efficacy ( $X_1$ ) memiliki pengaruh signifikan terhadap resiliensi ( $Y$ ) dengan  $t$ hitung >  $t$ tabel ( $10,695 > 1,657$ ) dan nilai signifikansi  $< 0,05$ . Sebaliknya, dukungan sosial ( $X_2$ ) tidak berpengaruh signifikan, dengan  $t$ hitung <  $t$ tabel ( $0,388 < 1,657$ ) dan nilai signifikansi  $> 0,05$ . Uji koefisien determinasi menunjukkan bahwa 56,6% varians resiliensi dijelaskan oleh self-efficacy dan dukungan sosial, sementara 44,4% dipengaruhi oleh faktor lain. Kesimpulannya, self-efficacy berpengaruh positif signifikan terhadap resiliensi mahasiswa, sedangkan dukungan sosial tidak menunjukkan pengaruh signifikan.

**Kata Kunci:** Pengaruh Self Efficacy; Dukungan Sosial; Resiliensi

## Abstract

This research aims to determine the influence of self-efficacy and social support on the resilience of Madrasah Ibtidaiyah Teacher Education students, North Sumatra State Islamic University. This research uses an associative quantitative approach by collecting data through questionnaires and interviews. Data analysis was carried out using multiple linear regression and coefficient of determination using SPSS 27. The research population was 177 students, with a sample of 123 people determined using the Slovin formula. The research results show that self-efficacy and social support simultaneously influence resilience, with  $F$ count >  $F$ table ( $78.403 > 3.92$ ). Partially, self-efficacy ( $X_1$ ) has a significant influence on resilience ( $Y$ ) with  $t$ count >  $t$ table ( $10.695 > 1.657$ ) and a significance value  $< 0.05$ . On the other hand, social support ( $X_2$ ) has no significant effect, with  $t$ count <  $t$ table ( $0.388 < 1.657$ ) and a significance value  $> 0.05$ . The coefficient of determination test shows that 56.6% of the variance in resilience is explained by self-efficacy and social support, while 44.4% is influenced by other factors. In conclusion, self-efficacy has a significant positive effect on student resilience, while social support does not show a significant effect.

**Keywords:** Self-Efficacy; Social Support; Resilience

## PENDAHULUAN

Pada masa perkuliahan, mahasiswa dihadapkan pada berbagai tantangan yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis dan prestasi akademis mereka. Tantangan tersebut meliputi tuntutan akademik, tekanan sosial, serta perubahan signifikan dalam kehidupan pribadi. Kondisi ini menuntut mahasiswa untuk memiliki kemampuan adaptasi yang baik, yang dikenal dengan resiliensi. Resiliensi adalah kemampuan individu untuk bangkit kembali atau beradaptasi dengan baik dalam menghadapi kesulitan, stres, atau trauma (Adaptasi dkk., 2019).

Dalam konteks pendidikan tinggi, resiliensi menjadi faktor penting yang mendukung keberhasilan mahasiswa dalam menyelesaikan studinya (Wijayanti et al., 2021). Mahasiswa yang memiliki tingkat resiliensi yang tinggi mampu menghadapi dan mengatasi berbagai tekanan serta hambatan yang muncul selama masa studi. Sebaliknya, mahasiswa dengan resiliensi rendah lebih rentan mengalami masalah kesehatan mental, penurunan motivasi, dan kegagalan akademis.

Maka perlu sekali para mahasiswa memiliki Resiliensi yang tinggi untuk bisa bertahan dan mampu menghadapi tekanan dan kesulitan yang sedang di alami. Dengan adanya resiliensi yang tinggi diharapkan seorang mahasiswa dapat menyelesaikan sebuah tantangan besar yaitu menyelesaikan pendidikan sesuai waktu. Resiliensi yaitu kemampuan individu untuk bertahan, beradaptasi, dan menghadapi tekanan dari situasi yang dialami (Hendriani, 2018).

Pada mahasiswa, resiliensi sangat penting untuk keberhasilan akademis dan kesejahteraan mental. Dua faktor utama yang mempengaruhi resiliensi mahasiswa adalah Efikasi diri dan Dukungan Sosial.

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi mahasiswa ialah Self Efficacy. Menurut (Bandura, 1994) Self Efficacy adalah penilaian

diri, apakah dapat melakukan tindakan yang baik atau buruk, tepat atau salah, bisa atau tidak bisa mengerjakan sesuai dengan yang dipersyaratkan. Self-Efficacy berhubungan dengan keyakinan seseorang akan kemampuannya untuk memengaruhi kejadian yang berhubungan dengan kehidupan mereka (Bandura, 2010).

Self-Efficacy adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk menyelesaikan tugas dan mencapai tujuan. Pada mahasiswa, Self-Efficacy berperan penting dalam motivasi belajar yaitu mahasiswa yang memiliki Self Efficacy tinggi cenderung lebih termotivasi untuk belajar dan menghadapi tantangan akademis. Kemudian dalam pengelolaan Stres yaitu Keyakinan akan kemampuan diri membantu mahasiswa mengatasi tekanan akademis dan stres pribadi. Dan juga Keterampilan Problem Solving yaitu Self Efficacy meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam mencari solusi kreatif untuk masalah yang dihadapi (Indrawati et al., 2019). Mahasiswa dengan Self Efficacy yang tinggi akan terus berupaya beradaptasi dengan perubahan yang ada dan berusaha untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi sehingga hal ini akan semakin meningkatkan kemampuannya dalam menyelesaikan pendidikan dengan baik dan dapat meningkatkan resiliensinya. Sebaliknya, mahasiswa dengan Self Efficacy yang rendah akan pasif, seperti tidak mau berusaha untuk menyelesaikan masalah dan akan terus menerus dalam zona masalah.

Faktor lain yang dapat mempengaruhi resiliensi ialah Dukungan Sosial. Menurut (Sarafino, 2011) Dukungan Sosial ialah sebagai suatu kenyamanan, perhatian, penghargaan ataupun bantuan yang diterima individu dari orang lain maupun kelompok. Setiap orang memerlukan Dukungan Sosial dan harus saling memberikan Dukungan Sosial (Sifa et al., 2022). Hal itu dikarenakan manusia secara kodratnya adalah makhluk sosial yang saling membutuhkan,

tanpa adanya Dukungan Sosial maka akan sulit bagi individu untuk dapat menjalani kehidupannya dengan baik.

Dukungan Sosial mengacu pada bantuan yang diterima individu dari jaringan sosial mereka, yang mencakup dukungan emosional, instrumental, dan informasional dari keluarga, teman, dan komunitas kampus. Dukungan Sosial berperan penting dalam memberikan rasa aman, kenyamanan emosional, serta bantuan praktis yang dibutuhkan mahasiswa dalam mengatasi berbagai tantangan (Damanik, 2020). Dukungan Sosial yang kuat telah terbukti dapat mengurangi stres, meningkatkan kesehatan mental, dan mendukung kesejahteraan akademis mahasiswa.

Mahasiswa bisa mendapatkan Dukungan Sosial dari mana saja, bisa teman, lingkungan sekitar, dan orang tua, dan yang paling berperan penting dalam hal ini ialah dukungan dari orang tua (Tri & Hartati, 2013). Dimana keluarga merupakan salah satu sumber Dukungan Sosial yang paling penting, dimana orang tua baik ayah maupun ibu merupakan keluarga pertama dan paling utama dalam kehidupannya. Orang tua berperan sebagai fasilitator, motivator, dan pembimbing anak, karena orang tua memiliki potensi untuk membantu pendidikan mahasiswa secara efektif.

Mahasiswa dengan dukungan sosial yang tinggi akan membuat mahasiswa merasa nyaman, bersemangat dan merasa mendapatkan perhatian ketika menjalani sesuatu yang sedang diusahakannya seperti tetap bersemangat dan yakin dalam menyelesaikan pendidikannya (Septya, 2024). Hal ini dapat mengakibatkan tingginya resiliensi mahasiswa tersebut. Sebaliknya, mahasiswa dengan dukungan sosial yang rendah akan mengakibatkan mahasiswa menjadi malas, dan tidak ada motivasi dalam dirinya yang dapat menganggap dirinya selalu kurang dalam menjalani pendidikannya.

Resiliensi, Self-Efficacy, dan Dukungan Sosial merupakan tiga konsep penting yang telah banyak diteliti dalam berbagai konteks. Resiliensi menggambarkan kemampuan individu untuk bangkit dan beradaptasi dalam menghadapi tekanan atau kesulitan, sedangkan Self Efficacy mengacu pada keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas tertentu. Dukungan Sosial, baik dari keluarga, teman, maupun lingkungan, juga dikenal sebagai salah satu faktor utama yang memengaruhi kesejahteraan psikologis individu. Meskipun telah banyak penelitian yang mengkaji ketiga aspek ini secara terpisah, masih terdapat celah dalam memahami bagaimana Self Efficacy dan Dukungan Sosial secara bersama-sama berkontribusi terhadap Resiliensi, khususnya pada mahasiswa.

Secara khusus, mahasiswa Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah menghadapi berbagai tantangan dalam proses pembelajaran dan persiapan menjadi pendidik profesional. Tantangan-tantangan tersebut menuntut mahasiswa untuk memiliki tingkat Resiliensi yang tinggi agar dapat mengelola stres, tekanan akademik, dan tanggung jawab yang kompleks. Namun, pengaruh interaksi antara Self Efficacy dan Dukungan Sosial terhadap Resiliensi pada kelompok mahasiswa ini belum banyak diteliti. Oleh karena itu, diperlukan kajian yang mendalam untuk memahami bagaimana kedua faktor tersebut dapat memperkuat Resiliensi mahasiswa, sehingga dapat memberikan kontribusi praktis bagi pengembangan program pendidikan yang mendukung kesejahteraan psikologis mereka.. Memahami interaksi ini sangat penting untuk merancang intervensi yang efektif dalam meningkatkan Resiliensi mahasiswa. Dalam konteks pendidikan tinggi di Indonesia, dimana tekanan akademis dan sosial sering kali tinggi, studi ini menjadi sangat relevan untuk mendukung kesejahteraan dan kesuksesan akademis mahasiswa.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengaruh Self Efficacy dan Dukungan Sosial terhadap Resiliensi mahasiswa. Dengan memahami bagaimana kedua faktor ini berinteraksi dan berkontribusi terhadap Resiliensi, diharapkan dapat dihasilkan rekomendasi praktis untuk meningkatkan dukungan terhadap mahasiswa dalam menghadapi tantangan akademis dan personal mereka.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, penelitian kuantitatif menurut Sugiyono (2022) adalah metode penelitian yang dilakukan untuk mengetahui nilai variabel, baik satu atau lebih variabel (independen) tanpa membuat perbandingan, atau menghubungkan dengan variabel lain. Metode penelitian ini juga berlandaskan pada filsafat positivisme, yang mana digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Pendekatan metode kuantitatif yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif eksplanatif. Penelitian eksplanatif atau eksplanatori bertujuan untuk menguji hubungan antar beberapa variabel yang diteliti, yaitu variabel bebas (variabel lainnya) dengan variabel terikat. Dalam penelitian ini keduanya digunakan untuk mengetahui pengaruh atau hubungan variabel yang memiliki sebab-akibat terhadap objek yang diteliti antara variabel (X1) Self Efficacy, (X2) Dukungan sosial dan Resiliensi (Y).

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2017). Sampel yang diambil dari populasi harus yang benar-benar mewakili sehingga pengambilan sampel harus dilaksanakan dengan teknik- teknik tertentu agar mendapatkan hasil yang efektif dan dapat

dipertanggungjawabkan. Penentuan berapa banyak sampel menggunakan rumus Slovin :

$$n = \frac{N}{1+N(e)}$$

Dimana :

n = Jumlah Sampel

N = Jumlah Populasi

e = Tingkat Signifikansi

Sampel dalam penelitian ini sebanyak 123 mahasiswa, jumlah ini didapat berdasarkan rumus Slovin dengan taraf kesalahan 5%.

Pengolahan data dalam penelitian ini menggunakan SPSS versi 27, diawali dengan uji asumsi meliputi uji normalitas dan linearitas sebelum uji hipotesis. Uji normalitas dilakukan dengan metode Kolmogorov-Smirnov untuk memastikan data berdistribusi normal jika Asymp.sig (2-tailed) > 0,05. Uji linearitas menggunakan prosedur ANOVA untuk menentukan hubungan linear antarvariabel. Hubungan dianggap linear jika Sig Linearity < 0,05 dan Deviation From Linearity > 0,05. Variabel yang diuji mencakup resiliensi, Self Efficacy, dan dukungan sosial, dengan tujuan memastikan kelayakan data untuk analisis lebih lanjut.

Dalam penelitian ini terdapat tiga variabel yang akan diukur dan dianalisis yaitu variabel bebas (self efficacy) dan (dukungan sosial), serta variabel terikat (resiliensi). Berdasarkan variabel tersebut, maka metode analisa data untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini adalah metode regresi berganda. Keseluruhan proses analisis data dilakukan menggunakan bantuan program SPSS version 27 for Windows. Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan koefisien determinan (R Square) dalam analisis regresi linier. Koefisien determinasi (R Square) atau disebut  $R^2$  dimaknai sebagai sumbangan pengaruh yang diberikan variabel bebas (Self Efficacy dan Dukungan Sosial) terhadap variabel terikat Resiliensi

Mahasiswa Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Distribusi Jawaban Responden

Data penelitian ini diperoleh dari angket yang telah disiapkan oleh peneliti. Angket terbagi menjadi empat yang terdiri dari 43 pernyataan untuk variabel Resiliensi (Y), 28 pernyataan untuk variabel *Self Efficacy* (X<sub>1</sub>) dan 12 pernyataan untuk variabel Dukungan Sosial (X<sub>2</sub>). Angket ini disebarluaskan pada tanggal Juni –juli 2024 kepada mahasiswa semester 4 Universitas Islam Negeri Sumatera Utara berjumlah 63 orang sebagai sampel penelitian. Metode yang digunakan adalah metode skala *Likert* yang terdiri dari 7 (tujuh) opsi pernyataan dan bobot penelitian sebagai berikut:

**Tabel 1. Skala Likert Penelitian**

Pernyataan	Item Favorable	Item Non Favorable
<b>Sangat Setuju (SS)</b>	7	1
<b>Setuju (S)</b>	6	2
<b>Agak Setuju (AS)</b>	5	3
<b>Netral (N)</b>	4	4
<b>Agak Tidak Setuju (ATS)</b>	3	5
<b>Tidak Setuju (TS)</b>	2	6
<b>Sangat Tidak Setuju (STS)</b>	1	7

Berdasarkan ketentuan penelitian skala *likert* pada tabel di atas dapat dipahami bahwa ketentuan di atas berlaku baik di dalam menghitung variabel bebas maupun variabel terikat. Dengan demikian untuk setiap responden yang menjawab angket penelitian, maka skor tertinggi pada pernyataan favorable adalah nilai 7 dan skor terendah di berikan nilai 1. Begitu juga sebaliknya, untuk item non favorable skor tertinggi bernilai 1 dan skor terendah bernilai 7.

### Distribusi Jawaban Variabel Resiliensi

Pada variabel resiliensi yang merupakan variabel terikat pada penelitian ini dihasilkan jawaban responden yang terdiri dari item favorabel dan

un favorable. Dari item pernyataan kuisioner akan menghasilkan data yang nantinya akan diolah sesuai dengan mengikuti prosedur penelitian yang telah dibuat oleh para ilmuwan terdahulu.

Setelah penyebaran angket kuisioner, terdapat pernyataan favorable berjumlah 22 item, dan pernyataan unfavorable berjumlah 21 item. Hal ini sesuai dengan rancangan penelitian dalam menyusun item pernyataan favorable dan non favorable. Hasil penyebaran angket dengan item favorable sudah sesuai dengan hasil yang diharapkan, dimana jumlah mayoritas item pernyataan dijawab oleh responden dengan bobot netral (4) sampai dengan sangat setuju (7). Item pernyataan yang dijawab secara rata-rata dibawah bobot netral (4) sampai dengan sangat tidak setuju (1) hanya berpersentase sedikit.

Hasil penyebaran angket dengan item unfavorable sudah sesuai dengan hasil yang diharapkan dimana mayoritas item pernyataan dijawab oleh responden dengan bobot netral (4) sampai dengan sangat tidak setuju (7). Jawaban item pernyataan yang dijawab secara rata-rata dibawah bobot agak setuju (3) sampai dengan sangat setuju (1) hanya sedikit. Dengan arti kata lain bahwa tujuan dimasukkan item unfavorable menjadi item pernyataan yang tidak disetujui oleh para responden.

Hasil penyebaran angket dengan item unfavorable sudah sesuai dengan hasil yang diharapkan dimana mayoritas item pernyataan dijawab oleh responden dengan bobot netral (4) sampai dengan sangat tidak setuju (7). Jawaban item pernyataan yang dijawab secara rata-rata dibawah bobot agak setuju (3) sampai dengan sangat setuju (1) hanya sedikit. Dengan arti kata lain bahwa tujuan dimasukkan item unfavorable menjadi item pernyataan yang tidak disetujui oleh para responden

### Distribusi Jawaban Variabel Dukungan Sosial

Berikut ini merupakan variabel penyajian data berdasarkan jawaban kuesioner dari penelitian

variabel dukungan sosial yang dirangkum dalam tabel frekuensi sebagai berikut:

Hasil penyebaran angket dengan item favorable sudah sesuai dengan hasil yang diharapkan, dimana jumlah mayoritas item pernyataan dijawab oleh responden dengan bobot netral (4) sampai dengan sangat setuju (7). Item pernyataan yang dijawab secara rata-rata dibawah bobot agak tidak setuju (3) sampai dengan sangat tidak setuju (1) hanya berpersentase sedikit.

Hasil penyebaran angket dengan item unfavorable sudah sesuai dengan hasil yang diharapkan dimana mayoritas item pernyataan dijawab oleh responden dengan bobot netral (4) sampai dengan sangat tidak setuju (7). Jawaban item pernyataan yang dijawab secara rata-rata dibawah bobot agak setuju (3) sampai dengan sangat setuju (1) hanya sedikit. Dengan arti kata lain bahwa tujuan dimasukkan item unfavorable menjadi item pernyataan yang tidak disetujui oleh para responden.

### Mean Hipotetik

Skala resiliensi dalam penelitian ini memiliki 43 butir pernyataan yang diformat dengan skala likert dalam tujuh pilihan jawaban, maka hipotetiknya adalah  $\{(43 \times 1) + (43 \times 7)\} : 2 = 172$ . Skala Self Efficacy dalam penelitian ini memiliki 28 butir pernyataan yang diformat dengan skala likert dalam tujuh pilihan jawaban. Maka mean hipotetiknya adalah  $(28 \times 1) + (28 \times 7) : 2 = 112$ . Skala Dukungan Sosial dalam penelitian ini memiliki 12 butir pernyataan yang diformat dengan skala likert dalam tujuh pilihan jawaban. Maka mean hipotetiknya adalah  $(12 \times 1) + (12 \times 5) : 2 = 48$

### Mean Empirik

Mean empirik, atau rata-rata empiris, adalah nilai rata-rata yang dihitung dari data yang telah dikumpulkan. Ini berbeda dengan rata-rata teoritis yang didasarkan pada asumsi atau model tertentu. Untuk menghitung mean empirik, agar menjumlahkan semua nilai dalam dataset dan membagi jumlah tersebut dengan

jumlah data. Berdasarkan analisis data menggunakan SPSS, dapat diuraikan data mean empirik variabel penelitian dan standar deviasi sesuai dengan tabel di bawah ini

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Y_Total	123	146.00	278.00	212.7967	30.62303
X1_Total	123	95.00	190.00	138.6829	23.42701
X2_Total	123	32.00	81.00	63.3252	10.31352
Valid N (listwise)	123				

Dari tabel di atas dapat diuraikan bahwa variabel Resiliensi (Y) memiliki nilai mean empirik sebesar 212,79 dengan standar deviasi sebesar 30,62. Lalu variabel Self Efficacy (X1) memiliki nilai mean empirik sebesar 138,68 dengan standar deviasi sebesar 23,42. Selanjutnya variabel Dukungan Sosial (X2) memiliki nilai mean empirik sebesar 63,325 dengan standar deviasi sebesar 10,313. Data statistik yang sudah didapatkan dari tabel diatas selanjutnya akan dibandingkan dengan mean hipotetik untuk menghasilkan kriteria kategorisasi masing-masing variabel.

### Kriteria Kategorisasi

Untuk menentukan kriteria kategorisasi variabel, dapat dilihat dari tabel dibawah ini:

**Tabel 2. Kriteria Kategorisasi**

Kriteria Kategorisasi								
N	Varia bel	Mea n Emp irik	Mea n Hipo tetik	Stan dar Devi asi	ME /M H	Seli sih SD	Kri te ria	
1	Resili ensi	212. 796 7		30.62 303	Leb ih Bes ar	40. 79 67 5	Ti ng gi	
2	Self effica cy	138. 682 9		23.42 701	Leb ih Bes ar	26. 68 29 3	Ti ng gi	
3	Duku ngan Sosial	63.3 252		10.31 352	Leb ih Kec il	84. 67 48 0	Re nd ah	

Untuk menilai kriteria variabel Resiliensi, Self Efficacy, dan Dukungan Sosial, penelitian ini membandingkan nilai mean empiris dengan mean hipotetik masing-masing variabel, serta mempertimbangkan standar deviasinya. Standar deviasi Resiliensi adalah 30,62, Self Efficacy 23,42, dan Dukungan Sosial 10,31. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Resiliensi subjek tinggi, dengan mean empiris lebih besar dari mean hipotetik dengan selisih 40,79, yang melebihi standar deviasi 30,62. Self Efficacy juga tinggi, dengan selisih 26,68 di atas standar deviasi 23,42. Sebaliknya, Dukungan Sosial rendah, karena mean empiris lebih kecil dari mean hipotetik dengan selisih -84,67, yang tidak melebihi standar deviasi 10,31.

#### Uji Validitas dan Reliabilitas

Untuk mengetahui kelayakan dan tingkat kepercayaan instrument dari angket/kuisioner yang digunakan dalam penelitian ini maka digunakan uji validitas dan reliabilitas yaitu untuk penelitian cukup layak digunakan dan dapat dipercaya sehingga mampu menghasilkan data yang akurat dengan tujuan ukurnya. Sebuah kuisioner dinyatakan valid apabila nilai koefisien korelasi lebih besar daripada  $r$  tabel (Pearson Correlation  $> r$  tabel). Diketahui bahwa sampel penelitian berjumlah 63 orang dan taraf signifikan 5% (0.05). Oleh karena itu untuk melihat  $r$  tabel harus dimasukkan rumus pada tabel dibawah ini :

$Df = \text{Degree of freedom}$

$n = \text{jumlah sampel}$

Dengan menggunakan rumus di atas dapat ditentukan  $Df$  yaitu  $63-2$  sama dengan  $61$ . Selanjutnya nilai  $r$  tabel pada  $Df 61$  yaitu  $0.2542$  yang dapat dilihat pada tabel distribusi  $r$  tabel. Berdasarkan hasil dengan menggunakan aplikasi SPSS versi 27 sebagai alat bantu pengolahan data, dapat dinilai koefisien korelasi masing variabel terlihat bahwa semua kuisioner bernilai valid dikarenakan nilai koefisien korelasi (Pearson Correlation) lebih besar dari  $r$  tabel dan juga nilai signifikansi lebih kecil dari  $0.05$ .

Sehingga selanjutnya kuisioner bisa dilanjutkan untuk proses penelitian

#### Uji Reliabilitas

Pengujian reliabilitas dilakukan dengan menggunakan Cronbach Alpha. Menurut Imam Ghazali (2011) dikatakan reliable bila hasil Alpha  $> 0.6$ . Kriteria pengujinya adalah :

Jika nilai koefisien reliabilitas yakni Alpha  $\geq 0,6$  maka reliabilitas dinyatakan reliabel (terpercaya).

Jika nilai koefisien reliabilitas Alpha  $\leq 0,6$  maka reliabilitas dinyatakan tidak reliabel (tidak terpercaya).

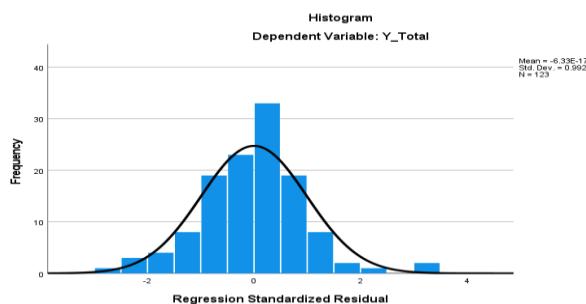
**Tabel 3. Hasil Uji Reabilitas Variabel**

Hasil Uji Reliabilitas				
No	Variabel	Nilai Reliabilitas	Cronbach Alpha	Hasil Uji
1	Resiliensi	0.921	0.6	Reliabel
2	Self Efficacy	0.927	0.6	Reliabel
3	Dukungan Sosial	0.802	0.6	Reliabel

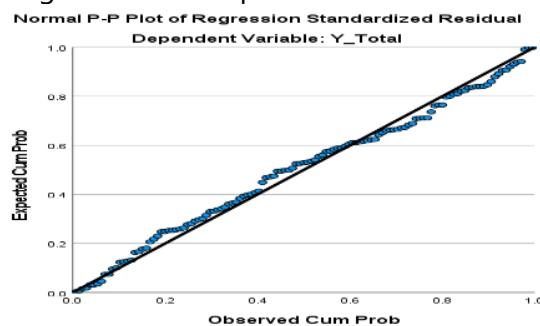
Nilai reliabilitas instrumen di atas menunjukkan tingkat reliabilitas instrumen penelitian sudah memadai karena mendekati 1 ( $>0.6$ ). Dapat disimpulkan bahwa butir pertanyaan dari masing-masing variabel sudah menjelaskan atau memberikan gambaran tentang variabel yang diteliti. Oleh karena itu penelitian dapat dilanjutkan ke proses pengolahan data selanjutnya.

#### Uji Normalitas Data

Uji normalitas untuk melihat apakah dalam model regresi, variabel dependen dan independennya memiliki distribusi normal atau tidak. uji normalitas merupakan langkah penting sebelum melakukan analisis regresi untuk memastikan bahwa asumsi normalitas terpenuhi dan hasil analisis dapat diinterpretasikan dengan benar. Jika data menyebar di sekitar garis diagonal dan mengikuti arah garis diagonal maka model regresi memenuhi asumsi normalitas.

**Gambar 1 Histogram Normalitas Data**

Data dikategorikan normal ketika histogram melengkung membentuk menyerupai setengah gelombang. Diketahui gambar diatas merupakan hasil histogram dari data primer yang diolah dalam penelitian ini.

**Gambar 2. P-Plot Normalitas Data**

Gambar tersebut menunjukkan bahwa titik-titik telah membentuk dan mengikuti arah garis diagonal pada gambar, dengan demikian dapat dinyatakan bahwa data telah terdistribusi secara normal. Jadi P-P Plot merupakan alat visual yang berguna untuk memeriksa asumsi normalitas residual dalam analisis regresi. Namun, sebaiknya digunakan bersama dengan uji statistik formal untuk menarik kesimpulan yang lebih objektif.

### Uji Linearitas

Hasil uji linearitas bertujuan untuk menentukan apakah hubungan antara dua variabel (variabel independen dan variabel dependen) adalah linier. Uji ini penting dalam analisis regresi untuk memastikan bahwa asumsi linearitas terpenuhi. Untuk menghitung linearitas pada penelitian ini, peneliti menggunakan bantuan program SPSS 27.00 for windows. Dengan menggunakan tabel ANOVA pada SPSS, akan dilihat signifikansi dari sig. Deviation from linearity, dan ketentuan uji linearitas pada SPSS adalah:

1) Jika nilai signifikansi  $> 0,05$  maka terdapat hubungan linear secara signifikan antara variabel X dengan variabel Y.

2) Jika nilai signifikansi  $< 0,05$  maka tidak terdapat hubungan linear secara signifikan antara variabel X dengan variabel Y.

**Tabel 4. Hasil Uji Linieritas Variabel Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi**

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	(Combined)	92471.491	60	1541.192	4.356	0.000
	Linearity	64748.032	1	64748.032	183.001	0.000
	Deviation from Linearity	27723.460	59	469.889	1.328	<b>0.136</b>
Within Groups		21936.427	62	353.813		
Total		114407.919	12			

Dari hasil pengolahan data, nilai signifikansi variabel self efficacy yang diambil dari deviation from linearity terhadap Resiliensi adalah 0.136. Ini menyatakan bahwa nilai signifikansi lebih besar dari 0.05. Dengan ini variabel Self Efficacy memiliki hubungan linearitas secara signifikan dengan variabel Resiliensi.

Selanjutnya penelitian untuk mengetahui linieritas variabel Dukungan Sosial terhadap variabel resiliensi yang dirangkum pada tabel dibawah ini :

**Tabel 5. Hasil Uji Linieritas Variabel Self Efficacy Terhadap Resiliensi**

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	(Combined)	42669.045	3651	1185.21	1.421	0.095
	Linearity	17538.065	1	17538.065	21.024	0.000
	Deviation from Linearity	25130.980	358	718.021	0.861	<b>0.685</b>
Within Groups		71738.874	863	834.173		

Total	114407.	12		
	919	2		

Dari hasil pengolahan data, nilai signifikansi variabel Dukungan Sosial terhadap Resiliensi adalah 0,685. Ini menyatakan bahwa nilai signifikansi lebih besar dari 0,05. Dengan ini variabel Dukungan Sosial memiliki hubungan linearitas secara signifikan dengan variabel Resiliensi. Uji linearitas merupakan langkah penting untuk memastikan bahwa hubungan antara variabel independen dan dependen dalam model regresi bersifat linear, sehingga model regresi yang dihasilkan dapat diinterpretasikan dengan benar.

### Uji Regresi

Berdasarkan olahan data yang telah dilakukan, maka dapat diketahui bahwa model hubungan dari analisis regresi linier berganda dapat dilihat dari tabel berikut ini:

**Tabel 6. Tabel Hasil Regresi**

		Coefficients <sup>a</sup>				
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	73.778	12.980		5.684	0.000
	Self Efficacy	0.966	0.090	0.739	10.695	0.000
	Dukungan Sosial	0.080	0.205	0.027	0.388	0.699

a. Dependent Variable: Resiliensi

Berdasarkan pada tabel 4.11 maka dapat disusun model penelitian persamaan regresinya adalah sebagai berikut :

$$Y = 73,778 + 0,966X_1 + 0,080X_2$$

Model persamaan regresi berganda tersebut bermakna :

- Nilai Konstanta sebesar 73,778 yang berarti bahwa jika variabel independen yaitu self efficacy (X1) dan

dukungan sosial (X2) sama dengan nol, maka kinerja (Y) adalah sebesar 73,778.

b. Nilai koefisien regresi  $X_1 = 0,966$  menunjukkan apabila self efficacy mengalami kenaikan sebesar 100% maka akan meningkatkan resiliensi mahasiswa Universitas Islam Negeri Sumatera Utara sebesar 96,6% kontribusi yang diberikan self efficacy terhadap resiliensi mahasiswa dilihat dari Unstandardized Coefficients pada tabel diatas.

c. Nilai koefisien regresi  $X_2 = 0,080$  menunjukkan apabila dukungan sosial mengalami kenaikan sebesar 100% maka akan mengakibatkan meningkatnya resiliensi mahasiswa Universitas Islam Negeri Sumatera Utara sebesar 8% kontribusi yang diberikan dukungan sosial terhadap resiliensi mahasiswa dilihat dari Unstandardized Coefficients pada tabel diatas.

### Pengaruh Self Efficacy Terhadap Resiliensi

Pengaruh Self Efficacy terhadap resiliensi mahasiswa merupakan topik yang menarik dan relevan dalam konteks pendidikan tinggi. Self Efficacy, atau keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk menyelesaikan tugas dan mencapai tujuan, dapat memainkan peran penting dalam mengembangkan resiliensi atau ketahanan mental mahasiswa.

Studi empiris telah menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara Self Efficacy dan Resiliensi. Misalnya, penelitian oleh (Bandura, 1994) menunjukkan bahwa individu dengan Self Efficacy tinggi lebih mungkin untuk bertahan dan bangkit kembali dari situasi stres.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa  $r$  hitung lebih besar daripada  $r$  tabel. Diketahui bahwa  $r$  hitung bernilai 10,695 sedangkan  $r$  tabel yang dilihat dari tabel distribusi  $r$  tabel bernilai 1,657. Sedangkan Tingkat signifikansi variabel Self Efficacy adalah 0,000, Dimana lebih kecil dari Tingkat signifikansi penelitian yaitu 0,005.

Berdasarkan kedua hasil uji diatas, dapat disimpulkan bahwa Self Efficacy secara parsial berpengaruh terhadap resiliensi mahasiswa. Sehingga penelitian ini menolak Hipotesis Nol (H0) dan menerima Hipotesis Satu (H1) Dimana variabel X1 berpengaruh terhadap variabel Y. Penelitian ini menyatakan bahwa ketika Self Efficacy mahasiswa meningkat maka resiliensi ikut juga meingkat. Hal ini dikarenakan adanya hubungan positif antara kedua variabel. Begitu juga sebaliknya, apabila Self Efficacy menurun maka akan menurunkan resiliensi mahasiswa. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dikerjakan oleh Manara, Muhammad Untung (2008) "Pengaruh Self Efficacy terhadap resiliensi pada mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Malang. Undergraduate thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim" menyatakan bahwa penelitian ini menunjukkan Self Efficacy berpengaruh secara signifikan terhadap Resiliensi.

### **Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Reliensi**

Dukungan sosial memainkan peran penting dalam mengembangkan dan memelihara resiliensi mahasiswa. Dukungan sosial dapat berasal dari berbagai sumber, termasuk keluarga, teman, rekan mahasiswa, dan dosen. Penelitian telah menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh positif terhadap resiliensi. Sebagai contoh, penelitian oleh Cohen dan Wills (1985) menemukan bahwa dukungan sosial dapat bertindak sebagai buffer terhadap stres, membantu individu mengatasi situasi yang menekan lebih efektif.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa  $r$  hitung lebih kecil daripada  $r$  tabel. Diketahui bahwa  $r$  hitung bernilai 0,388 sedangkan  $r$  tabel yang dilihat dari tabel distribusi  $r$  tabel bernilai 1,657. Sedangkan Tingkat signifikansi variabel dukungan sosial adalah 0,699, Dimana lebih besar dari Tingkat signifikansi penelitian yaitu 0,005. Berdasarkan kedua hasil uji diatas, dapat

disimpulkan bahwa dukungan sosial secara parsial tidak berpengaruh terhadap resiliensi mahasiswa. Sehingga hasil penelitian ini menerima Hipotesis Nol (H0), Dimana variabel X2 tidak berpengaruh terhadap variabel Y. Tidak adanya pengaruh antara variabel dukungan sosial terhadap resiliensi bukan serta merta menyalahkan teori yang sudah dibuat oleh para ilmuwan. Ada kemungkinan perbedaan kondisi sosial ataupun kondisi lingkungan dapat menjadi penyebab tidak sejalan teori dengan praktek dalam hubungan variabel ini.

Hasil penelitian ini bertolak belakang dengan beberapa hasil penelitian lain. Salah satunya hasil penelitian yang dilaksanakan oleh Fadhil Muhammad, Syaiful Bahri, Hetti Zuliani (2018), menyatakan bahwa Adapun bentuk pengaruh antara kedua variabel tersebut adalah positif artinya semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya maka semakin tinggi tingkat kapasitas resiliensi remaja, sebaliknya juga semakin rendah dukungan sosial teman sebaya maka semakin rendah pula kapasitas resiliensi remaja. Perbedaan hasil penelitian ini dimungkinkan karena adanya perbedaan kondisi sosial dan lokasi penelitian. Sehingga membuka jendela keilmuan baru bahwa setiap teori belum tentu menghasilkan aplikasi yang sama pada sampel penelitian berbeda

### **Pengaruh *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi**

Self efficacy dan dukungan sosial merupakan kolaborasi kegiatan psikologi yang memungkinkan memiliki pengaruh terhadap resiliensi mahasiswa. Kolaborasi dari kedua variabel ini diharapkan Ketika stimulus internal diri dan eksternal diri meningkat, akan memberikan efek juga terhadap variabel resiliensi mahasiswa.

Hasil penelitian ini menyatakan bahwa nilai  $F$  hitung lebih besar daripada nilai  $F$  tabel. Nilai  $F$

hitung yaitu berjumlah 78,403 sedangkan nilai F tabel yaitu berjumlah 3,92 berdasarkan tabel distribusi F tabel. Sedangkan taraf signifikansi variabel simultan ini bernilai 0,000 yang lebih kecil dari taraf signifikansi penelitian yang bernilai 0,005. hal ini memberikan penjelasan bahwa variabel self-efficacy dan dukungan sosial secara simultan memiliki pengaruh terhadap resiliensi mahasiswa. Oleh karena itu Hipotesis Nol ( $H_0$ ) pada penelitian ini ditolak dan menerima hipotesis tiga ( $H_3$ ) dalam penelitian ini.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dikerjakan oleh Maharani, Hartati (2021) menunjukkan bahwa Resiliensi, Self-Efficacy, dan Dukungan Sosial berada dalam kategori sedang. Selanjutnya hasil analisis data juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Self Efficacy dengan Resiliensi, terdapat hubungan yang signifikan antara Dukungan Sosial dengan Resiliensi, dan terdapat hubungan yang signifikan antara Self Efficacy dan Dukungan Sosial dengan Resiliensi siswa SMK Negeri 1 Wonosegoro. Sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat Self Efficacy dan Dukungan Sosial maka semakin tinggi pula tingkat Resiliensi yang dimiliki

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang dilakukan oleh peneliti mengenai pengaruh self efficacy dan dukungan sosial terhadap resiliensi mahasiswa Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut: Pertama, self efficacy secara parsial memiliki pengaruh signifikan terhadap resiliensi. Ini menunjukkan bahwa keyakinan diri mahasiswa dalam menghadapi tantangan dan menyelesaikan tugas-tugas akademik berperan penting dalam meningkatkan ketahanan mereka terhadap stres dan kesulitan. Kedua, dukungan sosial secara parsial tidak berpengaruh signifikan terhadap resiliensi. Meskipun dukungan sosial dari keluarga, teman, dan lingkungan sekitar

penting, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor tersebut tidak secara langsung mempengaruhi tingkat resiliensi mahasiswa. Namun, ketika self efficacy dan dukungan sosial dianalisis secara simultan, keduanya memiliki pengaruh signifikan terhadap resiliensi. Ini menunjukkan bahwa kombinasi antara keyakinan diri dan dukungan sosial dapat secara efektif meningkatkan ketahanan mahasiswa dalam menghadapi berbagai tantangan dan tekanan. Hasil penelitian ini menekankan pentingnya memperkuat self efficacy sekaligus membangun jaringan dukungan sosial yang solid untuk meningkatkan resiliensi mahasiswa.

## DAFTAR PUSTAKA

Adaptasi, K., Melalui, P., Intan, R., Mir'atannisa, M., Rusmana, N., & Budiman, N. (2019). Kemampuan Adaptasi Positif Melalui Resiliensi. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, 3(2), 70–76. [http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative\\_counseling](http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling)

Bandura, A. (1994). Self Efficacy. In V. S. Ramachaudran (Ed.). *Encyclopedia of Human Behavior*, 3, 77–91.

Bandura, A. (2010). *Self Efficacy Mechanism in Psychological and Health Promoting Behavior*. Prentice Hall.

Damanik, M. H. (2020). *Integrasi nilai-nilai Religius pada Pembelajaran Ilmu Pengetahuan Sosial di Madrasah Ibtidaiyah Bustanul Ulum Kota Batu*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Field, A. (2009). *Discovering Statistics Using SPSS*. Sage Publication Ltd.

Gahazali, I. (2011). *Aplikasi Analisis Multivariante Dengan Program SPSS*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.

Hendriani, W. (2018). *Resiliensi Psikologis Sebuah Pengantar*. Prenadamedia Group.

Indrawati, Fiqi Annisa, & Wardono. (2019).

Pengaruh self efficacy Terhadap kemampuan literasi matematika dan pembentukan kemampuan 4C. *Prisma, Prosiding Seminar Nasional Matematika*, 2, 247–267.

Sarafino, E. P. T. W. S. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions* (7th ed.). John Wiley & Sons.

Septya, dkk. (2024). Faktor sosial budaya dan pengembangan masyarakat dalam pendidikan sekolah dasar. *MODELING: Jurnal Program Studi PGM*, 11(1), 42–52.

Sifa, R. M., Harahap, A. A. R., Khairat, M., Rambe, H., Putri, F. W., Ginting, F. A., & Setiani, E. A. (2022). *Implementasi Budaya dan Pendidikan Karakter dalam Membentuk Karakter Islami di SD Nurfadilah*. 6, 13081–13089.

Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. PT.Alfabeta.

Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. Afabeta.

Tri, P. A., & Hartati, S. (2013). Dukungan Sosial Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi (Studi Fenomenologis Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Undip). *Jurnal Psikologi Undip*, 12(1), 69–81.

Wijayanti, R. K., Fitriana, S., & Ajie, G. R. (2021). Hubungan Antara Motivasi Berprestasi Dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa Dalam Penyelesaian Skripsi. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 1, 33–42.