

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan di Indonesia, khususnya di tingkat universitas atau perkuliahan, mengharuskan mahasiswanya untuk membuat laporan penelitian skripsi untuk syarat kelulusan.<sup>1</sup> Skripsi merupakan karya ilmiah yang menjadi salah satu syarat lulus perguruan tinggi yang wajib ditulis oleh mahasiswa. Mahasiswa yang berada tingkat akhir harus mengerjakan skripsi secara sendiri, sehingga desakan untuk bisa belajar secara mandiri lebih tinggi.<sup>2</sup> Skripsi seringkali dianggap sebagai tekanan bagi mahasiswa, bahkan menjadi stressor tersendiri bagi mahasiswa tingkat akhir. Akibatnya, mahasiswa memilih untuk menunda penyelesaiannya bahkan tidak menyelesaikannya, tidak melakukan bimbingan kepada dosen pembimbing, mengeluh kesulitan yang dihadapi pada sosial media dan pada akhirnya tertunda masa studi.<sup>3</sup>

Proses pengerjaan skripsi yang tidak mudah membuat mahasiswa mengalami stres. Hal ini sebagaimana yang pernah diungkapkan dalam penelitian Imandiri dkk bahwa tidak sedikit mahasiswa yang mengalami

---

<sup>1</sup> Juliana Kurniawati dan Siti Baroroh, "Literasi Media Digital Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Bengkulu," *Jurnal Komunikator* 8, No. 2 (2016). 54

<sup>2</sup> Yeni Eka Cahyani dan Sari Zakiah Akmal, "Peran Spiritualitas terhadap Resiliensi pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi," *Psikoislamedia* 8, No. 2 (2017). 33

<sup>3</sup> Witrin Gamayanti, Mahardianisa, dan Isop Syafei, "Self Disclosure dan Tingkat Stres pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi," *Jurnal Ilmiah Psikologi* 5, No. 1 (2018). 115

kesulitan serta merasa terbebani pada saat mengerjakan skripsi. Kesulitan-kesulitan yang dirasakan, seperti kesulitan ketika menentukan tema, judul, sampel, alat ukur yang digunakan, kesulitan mendapatkan referensi, waktu yang terbatas ketika penelitian, revisi yang berulang-ulang, dosen pembimbing yang sibuk dan sulit ditemui, menunggu *feedback* dari dosen pembimbing ketika mengerjakan skripsi, dan lain sebagainya.<sup>4</sup>

Hal di atas kemudian diperkuat dengan hasil studi pendahuluan yaitu melalui wawancara peneliti dengan kepada mahasiswa bernama inisial RS dan IN yang sedang mengerjakan skripsi, mereka mengungkapkan kesulitan-kesulitan dalam mengerjakan skripsi. Berikut kutipan wawancaranya dari RS :

*“Kesulitan tentu ada. Karena mengerjakan skripsi tidak semudah yang dibayangkan. Pertama, dari diri saya sendiri, terkadang ada fase dimana inspirasi itu stuck dan juga fase dimana merasa jenuh mengerjakan skripsi. Kadang saya juga terjebak dalam kebingungan serta overthinking terus-menerus. Kedua, dari lingkungan sekitar yang mana merasa tertekan secara mental karena dituntut untuk menyelesaikan skripsi dengan serbuan toxic negativity dari berapa pihak. Sehingga dapat membuat saya stress. Tapi di balik hal ini, aku tetap bertahan dan semangat atas support dari orang sekitar yang sangat menguatkan. Kemudian dari diriku berpikir bahwa semua cobaan, semua kesulitan yang saya hadapi pasti ada jalannya. Aku selalu berdoa kepada Allah, karena apa yang terjadi saat ini aku yakin semuanya akan Allah berikan jalan kemudahan dan kelancaran sehingga aku bisa melaluinya.”<sup>5</sup>*

Kemudian berikut hasil wawancara dari IN :

*“Iya ada, kesulitan yang saya alami lebih ke dalam masalah internal, terus juga terkait hal pergantian pembimbing, kemudian ketika melakukan bimbingan saya merasa revisi yang diberikan tidak sepenuhnya menyeluruh sehingga akan terjadi berulang-ulang pada BAB tersebut. Kadang saya merasa tertekan ketika orang disekitar saya menanyakan “kapan selesai skripsi?”. Dari semua itu yang dapat membuat saya bertahan adalah harapan orang tua dan keluarga serta motivasi*

---

<sup>4</sup> Ario Imadiri, “State Anxiety Inventory Score Among Students with Final Assignment,” *Journal of Vocational Healty Studies* 1, No. 1 (2017).

<sup>5</sup> Wawancara Pribadi, pada 22 November 2021 melalui WhatsApp

*dari orang yang ada disekeliling saya. Dan dari semua ini saya yakin bahwa Allah selalu memberikan jalan yang terbaik.*<sup>6</sup>

Dari studi pendahuluan di atas dapat disimpulkan bahwa dalam proses pengerjaan skripsi memiliki kesulitan. Kesulitan yang dirasakan oleh mahasiswa adalah tekanan, *overthinking*, rasa cemas, stress serta tuntutan orang sekitar untuk cepat menyelesaikan skripsi. Untuk berada disituasi seperti ini maka diperlukan kekuatan untuk bertahan atau tetap stabil agar mampu menyesuaikan dengan tekanan yang ada, sehingga terlepas dari kemungkinan hasil buruk. Kemampuan ini disebut dengan resiliensi.

Menurut *American Psychological Association* (APA), resiliensi adalah proses adaptasi dalam menghadapi kesulitan, trauma, tragedi, ancaman atau bahkan sumber-sumber signifikansi yang dapat menyebabkan individu stres. Wagnild dan Young, resiliensi didefinisikan menjadi kemampuan individu untuk pulih dari keadaan yang negatif dan sebagai sifat kepribadian positif yang menaikkan kemampuan seseorang untuk beradaptasi dan menghadapi emosi negatif saat situasi stres.<sup>7</sup>

Dalam penelitian Widuri dengan subyeknya mahasiswa menjelaskan bahwa mahasiswa memerlukan resiliensi supaya sanggup mengikuti keadaan diri dan tetap berkembang sesuai dengan kemampuannya. Kemampuan manusia untuk mengatasi, memulihkan dan beradaptasi dengan situasi sulit dapat melindungi seseorang berdasarkan pengaruh kurang baik yang disebabkan

---

<sup>6</sup> Wawancara Pribadi, pada 22 November 2021 melalui WhatsApp

<sup>7</sup> Fuad Nashori dan Iswan Saputra, *Psikologi Resiliensi* (Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia, 2020). 11

kesulitan. Resiliensi seperti itu sangat penting bagi seseorang. Orang yang resilien, memiliki kemampuan untuk mengontrol emosi, perilaku dan perhatiannya terhadap masalah. Selain itu, orang dengan resiliensi dapat dengan cepat kembali ke kondisi pratrauma mereka, terlihat tangguh terhadap peristiwa kehidupan yang negatif, dan memiliki kemampuan untuk beradaptasi dengan stres dan kesulitan yang ekstrem.<sup>8</sup>

Pada jurnal yang ditulis Paundra dan Endang menjelaskan bahwa resiliensi berfokus terhadap tiga keadaan, yaitu berada di bawah tekanan yang signifikan (*stress resistance*), keluar dari keterpurukan setelah mengalami trauma atau pengalaman yang sangat menyedihkan (*bouncinng back*), berhasil kembali ke dalam keadaan normal (*normalization*). Dalam beberapa kasus, resiliensi setelah mengalami pengalaman stress akan mengarahkan pada perilaku yang positif.<sup>9</sup> Dalam hal ini, mahasiswa semester akhir harus menunjukkan ketangguhan dalam menghadapi tantangan akademik, yang disebut dengan resiliensi akademik.

Resiliensi akademik adalah ketangguhan pada pembelajaran, suatu proses dinamis yang mencerminkan kekuatan dan ketangguhan individu untuk mengatasi pengalaman emosional negatif, ketika dihadapkan pada kondisi sulit yang dapat menghilangkan atau menyembunyikan hambatan dalam kegiatan akademik. Resiliensi akademik terjadi ketika mahasiswa menggunakan

---

<sup>8</sup> Erlina Listyanti Widuri, "Regulasi Emosi dan Resiliensi pada Mahasiswa Tahun Pertama," *Humanis XI*, No. 2 (2012). 178

<sup>9</sup> Paundra Kartika Permatasi dan Endang Sri Indrawati, "Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir Jurusan X Fakultas Teknik Universitas Diponegoro," *Jurnal Empati 5*, No. 2 (2016). 149

kekuatan internal dan eksternal mereka untuk mengatasi berbagai pengalaman negatif, reprensif, dan mengganggu dalam proses pembelajaran, sehingga mereka dapat beradaptasi serta memenuhi semua kebutuhan akademik.<sup>10</sup>

Mahasiswa semester akhir yang sedang menyelesaikan skripsi diperlukan untuk memiliki optimis, bersemangat dalam menjalani hidup, mencapai prestasi setinggi-tingginya dan berperan aktif dalam pemecahan masalah, baik masalah akademik ataupun non-akademik. Namun kenyataannya, banyak mahasiswa yang merasa terbebani dan menghadapi banyak kesulitan pada proses pengerjaan skripsi. Oleh karena itu, mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi perlu memiliki ketahanan yang tinggi dari dalam dirinya untuk dapat bertahan dalam kondisi sulit dan berusaha untuk menyelesaikan tugas akhir. Oleh karena itu, Desmita menjelaskan bahwa mahasiswa perlu resiliensi akademik untuk mengatasi tantangan, terutama bagi mahasiswa sedang mengerjakan skripsi.<sup>11</sup>

Martin dan Marsh memaparkan bahwa mahasiswa yang resilien secara akademis adalah mereka yang mampu menghadapi empat situasi, yaitu kegagalan (*setback*), tantangan (*challenge*), kesulitan (*adversity*) dan tekanan (*pressure*) dalam konteks akademik. Terdapat faktor-faktor yang dapat meningkatkan resiliensi mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir.

---

<sup>10</sup> Wiwin Hedriani, "Adaptasi Positif pada Resiliensi Akademik Mahasiswa Doktoral," *Humanitas* 14, No. 2 (2017). 142

<sup>11</sup> Ucha Febrianchi Wibowo, "Resiliensi Akademik Mahasiswa yang Sedang Menempus Skripsi" (Malang, Universitas Muhammadiyah Malang, 2018). 2-3

Menurut Rensnick, Dwyther dan Roberto faktor-faktor yang mendorong resiliensi adalah harga diri, dukungan sosial, spiritualitas dan emosi positif.<sup>12</sup>

Penelitian yang dilakukan oleh Firyal Nadhifa dan Karimulloh juga menemukan bahwa religiusitas dan resiliensi akademik pada mahasiswa memiliki hubungan yang positif. Ketika seseorang memiliki sikap resiliensi, berarti diuji keimanan dan ketangkasannya sebagai seorang muslim<sup>13</sup>, ketika mahasiswa yang mempunyai religiusitas yang baik, meskipun mengalami kesulitan akademik, dan tidak menyerah dalam menghadapi tantangan apapun. Ia percaya bahwa Allah Swt. Pasti akan membantu hamba-hamba-Nya dalam melalui kesulitan akademik, selama mereka mau beriman dan yakin akan kekuasaan-Nya. Seperti firman Allah Swt. QS. Al-Baqarah ayat 286 :

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِن نَّسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ ٢٨٦

Artinya :

*Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Dia mendapat (pahala) dari (kebajikan) yang dikerjakannya dan dia mendapat (siksa) dari (kejahatan) yang diperbuatnya. (Mereka berdoa), “Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami melakukan kesalahan. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau bebani kami dengan beban yang berat sebagaimana Engkau bebani orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup*

---

<sup>12</sup> Permatasi dan Indrawati, “Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir Jurusan X Fakultas Teknik Universitas Diponegoro.” 178

<sup>13</sup> Firyal Nadhifah dan Karimulloh, “Hubungan Religius dan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa dalam Perspektif Psikologi Islam,” *Al-Qalb* 12, No. 1 (2021). 59

*kami memikulnya. Maafkanlah kami, ampunilah kami, dan rahamatillah kami. Engkau pelindung kami, maka tolonglah kami menghadapi orang-orang kafir”.*

Dari ayat di atas, memaparkan bahwa sebagai umat manusia harus berprasangka baik kepada Allah Swt. apapun yang diberikan-Nya (kesulitan) pasti bisa dilalui. Kemudian dalam hadis dari Abu Hurairah, Rasulullah Saw. bersabda: “*Aku selalu berbaik sangka hambaku terhadap diriku, jika ia baik sangka kepadaku maka ia dapat dari apa yang ia sangka kepadaku*” (H.R. Tabrani dan Ibnu Hibban). Sebagai hamba, diharuskan untuk berbaik sangka terhadap Allah Swt. Apa yang telah Allah tetapkan adalah yang terbaik, baik itu berupa nikmat maupun musibah. Apapun itu, harus bisa belajar dari semua yang terjadi, karena apa yang dianggap baik sebenarnya belum tentu baik. Sebaliknya, apa yang dianggap buruk belum tentu buruk.<sup>14</sup>

Prasangka baik dalam Islam disebutkan adalah *husnuzhan*. Sagir menjelaskan bahwa istilah *husnuzhan* berasal dari bahasa arab yang berarti berbaik sangka, berbaik sangka terhadap Allah dan makhluk-Nya.<sup>15</sup> Kemudian Rusydi menjelaskan bahwa *husnuzhan* merupakan perasaan senang yang datang dari hati yang tenang untuk menerima ketetapan dari Allah swt agar dijauhkan dari perasaan gelisah, takut serta cemas. Husnuzhan yang merupakan salah satu contoh dalam dimensi ibadah dalam kehidupan. Hal ini sesuai dengan riwayat hadis oleh Al-Hakkim bahwa berprasangka baik terhadap

---

<sup>14</sup> Bachrul Ilmi, *Pendidikan Agama Islam untuk Sekolah Menengah Kejuruan* (Bandung: Grafindo Media Pratama, 2008). 48

<sup>15</sup> Akhmad Sagir, *Husnuzhan dalam Perspektif Psikologi* (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2011). 52

segala apapun yang terjadi dalam kehidupan seseorang adalah bagian dari ibadah kepada Allah Swt.

Menurut Rusydi, dengan berpikir positif, individu khususnya mahasiswa dapat mengembangkan pola pikir optimis dan meningkatkan semangat dalam beraktivitas, percaya diri, dan pantang menyerah dalam menghadapi permasalahan hidup.<sup>16</sup> Seperti halnya dalam penelitian berjudul “Konsep Berpikir Positif (*husnuzzhan*) dalam Meningkatkan Kemampuan *Self Healing*” yang dilakukan oleh Hardiyanti Rahmah dengan penelitian menggunakan metode literatur, mendapatkan kesimpulan bahwa ketika seorang individu melatih diri untuk berpikir positif (*husnuzzhan*) dapat membantu meningkatkan kemampuan diri untuk menyembuhkan penyakit fisik dan masalah psikologis. Orang yang mampu menerapkan konsep *husnuzzhan* juga mampu menjalani kehidupan dengan lebih baik karena kurangnya rasa takut dan kecemasan, serta meningkatkan rasa percaya diri dan sikap optimis yang mampu membuat individu hidup dengan baik.<sup>17</sup> Maka, dengan berprasangka baik kepada apa yang diberikan Allah atau memiliki *husnuzzhan* maka manusia dapat yakin dan kuat dalam bertahan dengan segala cobaan atau kesulitan yang Allah berikan. Begitupula dengan mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi dengan memiliki sifat *husnuzzhan* maka akan memberikan pengaruh positif dalam ketahanan diri dalam menghadapi masalah-masalah yang terjadi dalam pengerjaan skripsi.

---

<sup>16</sup> Denan Alifa Fairuzzahra, “Hubungan antara Husnudzon dan Kecemasan pada Mahasiswa,” *Jurnal Psikologi Islam* 5, No. 2 (2018). 70

<sup>17</sup> Herdiyanti Rahmah, “Konsep Berpikir Positif (Husnuzan) dalam Meningkatkan Kemampuan Self Healing,” *Jurnal Ilmiah Keagamaan dan Kemasyarakatan* 15, No. 2 (2021). 118



Dari paparan di atas pada penelitian ini peneliti bermaksud untuk meneliti lebih dalam yang kemudian kajian ini selanjutnya akan diwujudkan dalam bentuk penelitian skripsi dengan judul **“Kontribusi *Husnuzzhan* terhadap Resiliensi Akademik pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin”**.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah yang akan diteliti adalah :

1. Bagaimana tingkat *husnuzzhan* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin?
2. Bagaimana tingkat resiliensi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin?
3. Apakah terdapat kontribusi *husnuzan* terhadap resiliensi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin?

## C. Tujuan dan Signifikansi Penelitian

### 1. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari dilaksanakannya penelitian ini berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan adalah :

- a. Untuk mengetahui tingkat *husnuzzhan* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.
- b. Untuk mengetahui tingkat resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.
- c. Untuk mengetahui kontribusi *husnuzzhan* terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.

### 2. Signifikansi Penelitian

Sedangkan signifikans penelitian ini dapat dilihat dua hal, yaitu sebagai berikut :

#### a. Secara Teoritis

Penelitian yang dilakukan diharapkan bermanfaat dan memberikan sumbangan bagi perkembangan pemikiran ilmu psikologi, khususnya pada bidang Psikologi Pendidikan. Dan hasil penelitian ini bisa menjadi salah satu referensi bagi peneliti selanjutnya yang berminat mengadakan pengkajian lebih lanjut mengenai penelitian ini.

b. Secara Praktis

- 1) Penelitian ini diharapkan menjadi bahan bacaan bagi para pembaca agar lebih memahami mengenai sikap *husnuzzhan* yang memiliki dampak positif dalam ketahanan diri dalam menghadapi tekanan dalam bidang akademik.
- 2) Bagi peneliti, hasil penelitian ini dapat mengetahui pengaruh sikap dengan resiliensi akademik dalam mengerjakan skripsi. Hal ini, juga sebagai bahan evaluasi dan kesadaran diri peneliti untuk melakukan sikap *husnuzan* dan resiliensi akademik dalam menghadapi pengerjaan skripsi.

#### D. Definisi Operasional

1. *Husnuzzhan*

*Husnuzzhan* adalah istilah yang sering digunakan dalam kajian akhlak tasawuf. Kata ini sering dimaknai dengan baik sangka. *Husnuzzhan* adalah bagian dari *mahabbah* yang membantu orang yang memiliki sikap baik sangka untuk bahagia dan mencapai kelebihan serta derajat yang tinggi.<sup>18</sup> Rusydi menjelaskan bahwa *husnuzzhan* adalah sifat berprasangka baik yang sudah ada dari hati yang tenang untuk menerima perintah dari Allah swt agar dijauhkan dari perasaan khawatir, takut dan cemas. Menurut tokoh Islam Ibnu Taimiyah, salah satu tanda *husnuzzhan* adalah ketaatan

---

<sup>18</sup> Sagir, *Husnuzzhan dalam Perspektif Psikologi*. 53

kepada Allah swt. seberapa tinggi ketaatannya itulah ukuran *husnuzhan* seseorang yang ber*husnuzhan* kepada yang ditaatinya. Aspek-aspek *husnuzhan* menurut Rusydi antara lain adalah :

a) *Husnuzhan* terhadap Allah swt

*Husnuzhan* kepada Allah swt. merupakan berprasangka baik terhadap Allah yaitu mempercayai Allah dan hanya kepada-Nya tempat mengadukan dari segala masalah dan segala ridha kepada qadha dan qadar-Nya, serta batin yang selalu tenang ketika menjalani segala sesuatu yang terjadi atau sesuatu yang harapkan tidak sama dengan kehendak Allah swt.

b) *Husnuzhan* terhadap sesama

Baik sangka terhadap sesama berarti menanggapi atau berpikir bahwa apapun yang dilakukan orang lain itu adalah baik. Dalam hal ini berbaik sangka terhadap sesama merupakan sikap yang berkaitan dengan sikap *tajasus* (mencari keburukan orang lain), *tahasus* (mendengarkan kejelekan orang lain) benci, dan iri.<sup>19</sup>

Sedangkan kontribusi *husnuzhan* pada penelitian ini adalah memberikan keterlibatan atau sumbangsih sesuatu untuk mencapai suatu tujuan berprasangka baik kepada Allah swt maupun kepada sesama manusia.

---

<sup>19</sup> Ahmad Rusyidi, "Husn al-Zhann: Konsep Berpikir Positif dalam Perspektif Psikologi Islam dan Manfaatnya Bagi Kesehatan Mental," *Proyeksi* 7, No. 1 (2012).

## 2. Resiliensi Akademik

Masten, Best dan Garnezy mendefinisikan resiliensi sebagai proses, kemampuan atau hasil individu beradaptasi untuk berhasil menghadapi tantangan atau situasi yang mengancam. Rutter menjelaskan bahwa resiliensi bukanlah sifat yang ditemukan dalam setiap situasi. Ini berarti bahwa orang bisa tahan terhadap beberapa jenis stres dan kesulitan, tetapi tidak tentu dapat resilien dalam hal lain. Oleh karena itu, resiliensi yang dibutuhkan individu dalam dunia akademik adalah resiliensi akademik. Martin dalam Cassidy, memaparkan bahwa resiliensi akademik sebagai sebuah kemampuan mengatasi kesulitan akut atau kronis yang dianggap sebagai ancaman serius bagi perkembangan pendidikan.<sup>20</sup>

Resiliensi secara akademik dalam konteks perguruan tinggi didefinisikan sebagai kemampuan untuk mengatasi masalah, tantangan dan tekanan dalam lingkungan akademik secara afektif. Ada beberapa faktor resiko yang harus dihadapi mahasiswa seperti nilai rendah, mengejar *deadline*, tugas yang sulit, kehadiran yang ketat, dan diharuskan mengikuti beberapa kelas. Singkatnya, resiliensi akademik mengacu pada fenomena yang ditandai dengan kemampuan untuk mencapai hasil yang baik meskipun mengalami kesulitan dalam beradaptasi dan mengikuti kemajuan

---

<sup>20</sup> Dewi Kumalasari, "Analisis Faktor Adaptasi Instrumen Resiliensi Akademik Versi Indonesia: Pendekatan Eksploratori dan Konfirmatori," *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi* 9, No. 2 (2020). 84

akademik.<sup>21</sup> Adapun aspek-aspek resiliensi akademik menurut Cassidy terdiri dari 3 aspek, yaitu :

a. Ketekunan

Ketekunan menggambarkan respon perilaku seseorang terhadap tantangan akademik.

b. Merefleksikan dan beradaptasi dalam mencari bantuan

Refleksi diri menggambarkan respon kognitif seseorang ketika menghadapi kesulitan akademik dan mencari bantuan.

c. Pengaruh negatif dan respon emosional

Aspek ini menggambarkan respon emosional seseorang terhadap kesulitan akademik.<sup>22</sup>

Sedangkan resiliensi akademik dalam penelitian ini adalah kemampuan menghadapi tantangan, kesulitan dan tekanan dalam setting akademik secara afektif yaitu pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.

3. Mahasiswa

Mahasiswa adalah peserta didik pada jenjang perguruan tinggi. Pengertian mahasiswa dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mahasiswa adalah siswa yang belajar pada perguruan tinggi. Mahasiswa mempunyai peranan penting dalam mewujudkan cita-cita pembangunan

---

<sup>21</sup> Lufiana Hernany Utami, "Bersyukur dan Resiliensi Akademik Mahasiswa," *Jurnal Psikologi Islam* 3, No. 1 (2020). 2

<sup>22</sup> Zakiah Bustam, St. Syawaliyah Gismin, dan Hasniar A. Redde, "Sense of Humor, Self Compassion dan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa," *Jurnal Psikologi Karakter* 1, No. 2 (2021).

nasional, sementara itu perguruan tinggi merupakan lembaga pendidikan yang secara formal diberikan tugas dan tanggung jawab mempersiapkan mahasiswa sesuai dengan tujuan perguruan tinggi. Tujuan pendidikan tinggi dapat tercapai apabila *tridarma* perguruan tinggi dapat terlaksana, yaitu mampu menyelenggarakan pendidikan, melakukan penelitian dan melakukan pengabdian masyarakat (UU RI Nomor 12 tahun 2012).

Penelitian merupakan salah satu aspek *tridarma* perguruan tinggi, dengan kegiatan penelitian diharapkan individu dapat memperoleh pengetahuan empiric dan teoritik baru, termasuk mahasiswa diwajibkan untuk melakukan penelitian berupa skripsi. Skripsi salah satu syarat yang dikerjakan mahasiswa untuk memperoleh gelar sarjana.<sup>23</sup>

Dalam penelitian ini subjek yang digunakan adalah mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.

## **E. Penelitian Terdahulu**

Sebelum judul ini dibuat, penulis terlebih dahulu mempelajari beberapa penelitian-penelitian terdahulu agar menambah wawasan dan lebih terarah untuk memulai penelitian yang penulis lakukan. Diantara penelitian tersebut antara lain:

---

<sup>23</sup> Dyah Ayu Noor Wulan dan Sri Muliati Abdullah, "*Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi*" Jurnal Sosio-Humaniora, Vol. 5, No.1, 2014, 56

1. Fauziah Uswatun Hasanah, “Hubungan antara Husnudzon dan Kecemasan pada Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19” Skripsi Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia, 2021. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara husnudzon dan kecemasan pada mahasiswa di masa pandemi Covid-19. Metode penelitian yang digunakan adalah deskripsi kuantitatif. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa Indonesia yang berjumlah 206 mahasiswa. Analisis penelitian ini menggunakan teknik kolerasi *Sperman rho*. Hasil penelitian menunjukkan nilai kolerasi  $r = -0,232$  dan nilai  $p = 0,001$  ( $p < 0,01$ ). Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif yang signifikan antara husnudzon dengan kecemasan pada mahasiswa di masa pandemi Covid-19. Persamaan dalam penelitian ini adalah pada salah satu variabel (X) yang digunakan yaitu husnuzan. Sedangkan perbedaannya adalah pada variabel (Y), dipenelitian terdahulu menggunakan kecemasan dan pada penelitian ini resiliensi akademik, pada subjek di penelitian terdahulu hanya meneliti mahasiswa pada umumnya dan penelitian ini mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.
2. Nadilah Anwar, “Husnudzon dan Penerimaan Diri pada Orang dengan HIV/AIDS” Skripsi Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Budaya Universitas Islam Indonesia, 2020. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara husnuzan dan penerimaan diri orang dengan HIV/AIDS. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif.



Jumlah subjek yang digunakan adalah 30 subjek. Hasil penelitian yang dilakukan adalah terdapat hubungan positif antara husnuzan dengan penerimaan diri pada orang HIV/AIDS. Sebaliknya juga, semakin rendah husnuzan maka semakin rendah penerimaan diri pada orang HIV/AIDS sehingga dapat dikatakan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima. Persamaan dengan penelitian terdahulu adalah pada variabel X yang menggunakan husnuzan. Sedangkan perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini adalah pada variabel Y yaitu penelitian terdahulu menggunakan penerimaan diri dan penelitian ini menggunakan resiliensi akademik. Pada subjek dipenelitian terdahulu adalah orang yang mengalami sakit HIV/AIDS, pada penelitian ini subjek dipenelitian ini adalah mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

3. Kartika Intan Perdana dan Hariz Enggar Wijaya, "Regulasi Diri dalam Belajar sebagai Prediktor Resiliensi Akademik Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi", Jurnal Psycho Idea, Vol. 19, No. 2, 2021. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan prediksi regulasi diri dalam belajar terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa yang menyusun skripsi. Total partisipan yang mengikuti penelitian adalah 100 mahasiswa aktif yang terdiri atas 78 perempuan dan 22 laki-laki. Peneliti ini menggunakan metode kuantitatif dengan analisis data regresi berganda. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semua sub skala regulasi diri (*self-efficacy for learning and performance, control of learning beliefs, metacognitive self-regulation, time and study environment, serta effort*

*regulation*) dalam belajar tersebut dapat memprediksi resiliensi akademik mahasiswa, kecuali pada subskala *effort regulation*. Kemampuan manajemen waktu dan lingkungan menjadi prediktor yang paling kuat terhadap resiliensi akademik mahasiswa. Berdasarkan hal tersebut, regulasi diri dalam belajar dapat berperan sebagai faktor promotif terhadap resiliensi akademik mahasiswa. Perbedaan pada penelitian terdahulu dengan penelitian ini adalah pada salah satu variabel. Sedangkan persamaannya adalah menggunakan variabel resiliensi akademik serta subjek yang sedang mengerjakan skripsi.

4. Paundra Kartika Permata Sari dan Endang Sri Indrawati, “Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir Jurusan X Fakultas Teknik Universitas Diponegoro”, *Jurnal Empati*, Vol. 5, No. 2, 2016. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir Jurusan X Fakultas Teknik Universitas Diponegoro angkatan 2009-2011 yang sedang mengerjakan tugas akhir, berjumlah 208 mahasiswa. Teknik sampling yang digunakan adalah *convenience sampling*, sehingga didapatkan sampel penelitian sebanyak 100 mahasiswa. Analisis data yang digunakan adalah analisis regresi sederhana, menghasilkan koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) sebesar 0,469 dengan  $p=0,000(p<0,001)$ . Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik, yang artinya semakin tinggi dukungan sosial

teman sebaya maka semakin tinggi pula resiliensi akademik mahasiswa. Perbedaan pada penelitian ini adalah pada variabel Y pada penelitian terdahulu menggunakan dukungan sosial teman sebaya. Sedangkan persamaannya adalah pada variabel X dan subjeknya.

5. Shahaz Roellyana dan Ratih Arrum Listiyandini, “Peranan Optimisme terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengerjakan Skripsi” Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia, Vol. 1, No. 1, 2016. Penelitian kuantitatif ini bertujuan untuk mengetahui peran optimisme terhadap resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi. Penelitian ini menggunakan teknik *sampling insidental* dengan jumlah sampel 151 mahasiswa tingkat akhir yang telah mengerjakan skripsi lebih dari 1 semester dengan rentang usia 21-25 tahun. Hasil dari penelitian ini adalah optimisme memiliki peran signifikan dalam meningkatkan resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi. Kontribusi yang diberikan optimisme dalam meningkatkan resiliensi sebesar 12,3% dan 87,7% dipengaruhi oleh faktor lain. Hal ini mengindikasikan bahwa apabila mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi memiliki keyakinan untuk mendapatkan hasil yang baik dan selalu berpikir positif, maka itu akan membantu mereka untuk lebih mampu menghadapi kesulitan-kesulitan yang terjadi selama proses pengerjaan skripsi. Perbedaan pada penelitian ini adalah pada variabel Y, penelitian terdahulu menggunakan peran optimisme sedangkan penelitian ini adalah

husnuzan. Sedangkan persamaan penelitian ini adalah pada variabel X dan subjek yang sedang mengerjakan skripsi.

6. William Perez, Robert Espinoza dll, “*Academic Resilience among Undocumented Latino Students* (Resiliensi Akademik di antara Siswa Latin Tidak Berdokumen)”, *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*, Vol. 31, No.2, 2009. Penelitian ini bertujuan untuk menguji ketahanan akademik siswa Latin Imigran yang tidak berdokumen. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Hasil dari analisis regresi dan *cluster* (n=104) menunjukkan bahwa meskipun ada faktor resiko tertentu, siswa yang tidak berdokumen yang memiliki tingkat perlindungan yang tinggi maka tingkat keberhasilan akademik lebih tinggi daripada siswa yang tidak berdokumen yang memiliki tingkat perlindungan yang rendah maka akan rendah tingkat keberhasilan akademiknya. Hasilnya juga menunjukkan validitas dalam resiko di antara siswa yang tidak berdokumen dengan beberapa siswa tingkat resiko yang rendah disertai dengan tingkat faktor perlindungan pribadi dan lingkungan yang tinggi. Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini adalah pada variabel resiliensi akademik. Sedangkan perbedaannya adalah penelitian terdahulu menguji ketahanan pada akademik sedangkan penelitian ini adalah pengaruh husnuzan terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.
7. Bahram Jowkar, Javad Kojuri dkk, “*Academic Resilience in education: the Role of Achievement Goal Orientations* (Resiliensi Akademik dalam pendidikan : Peran Orientasi Pencapaian Tujuan)”, *J Adv Med Educ Prof*,

Vol. 2, No. 1, 2014. Tujuan penelitian ini adalah sebagai kerangka kerja yang kuat untuk mengkonseptualisasikan perbedaan dalam kualitas keterlibatan siswa, ketekunan pada tugas dan resiliensi akademik. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, analisis data yang digunakan adalah *pearson momen kolerasi* dan regresi berganda. Dengan jumlah partisipan 606 siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tujuan pencapaian pada resiliensi akademik menunjukkan bahwa pendekatan penguasaan adalah signifikan prediktor positif dari sub skala perawatan di rumah dan teman sebaya. Juga pendekatan kinerja adalah prediktor positif yang signifikan dari perawatan di rumah dan bermakna di sekolah atau masyarakat. Kesimpulannya adalah pencapaian tujuan orientasi memiliki peran penting dalam resiliensi akademik dan prestasi siswa. Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini pada variabel resiliensi akademik. Sedangkan perbedaannya adalah pada penelitian terdahulu mengenai peran orientasi dan tujuannya, sedangkan penelitian ini adalah pengaruh husnuzan terhadap resiliensi akademik.

#### **F. Hipotesis**

Hipotesis adalah jawaban awal (untuk diuji validitasnya) terhadap pertanyaan penelitian yang sebelumnya berdasarkan teori telah digunakan untuk menjelaskan hubungan diantara variabel-variabel penelitian. Hipotesis dalam penelitian ini adalah :

1. Hipotesis Alternatif ( $H_a$ ) : ada terdapat kontribusi *husnuzzhan* terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.
2. Hipotesis Nol ( $H_0$ ) : tidak terdapat kontribusi *husnuzzhan* terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.

#### **G. Sistematika Penulisan**

1. Bab I adalah pendahuluan, berisi pemaparan latar belakang masalah dengan alasan peneliti mengangkat penelitian ini, kemudian dilanjutkan dengan rumusan masalah, tujuan penelitian, signifikansi penelitian, definisi operasional, penelitian terdahulu, hipotesis penelitian dan sistematika penulisan.
2. Bab II adalah kajian teori dan kerangka berpikir, berisi teori mengenai masing-masing variabel pada penelitian serta kerangka berpikir.
3. Bab III adalah metodologi penelitian, berisi pemaparan mengenai jenis penelitian, lokasi penelitian, subjek dan objek penelitian, populasi dan sampel, data dan sumber data, teknik pengumpulan data, instrumen penelitian, validitas dan reliabilitas, teknik pengolahan dan analisis data.
4. Bab IV adalah hasil penelitian dan pembahasan, berisi pemaparan mengenai laporan hasil penelitian, gambaran umum lokasi penelitian, uji validitas dan realibilitas, pelaksanaan penelitian, analisis data penelitian dan pembahasan mengenai masalah dalam penelitian.

5. Bab V adalah simpulan dan rekomendasi, berisi simpulan dari penelitian dan rekomendasi untuk peneliti selanjutnya.