



<http://ijec.ejournal.id>

INDONESIAN JOURNAL OF EDUCATIONAL COUNSELING

ISSN 2541-2779 (print) || ISSN 2541-2787 (online)

UNIVERSITAS MATHLA'UL ANWAR BANTEN



Analisis Profil Ketangguhan Akademik Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Muhammad Muhajirin¹, Anandha Putri Rahimsyah²

^{1,2} Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya, Indonesia

Article History

Received: 20.01.2025
Received in revised form:
28.01.2025
Accepted: 31.01.2025
Available online: 31.01.2025

ABSTRACT

ANALYSIS OF THE ACADEMIC HARDINESS PROFILE OF STUDENTS AT UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH TASIKMALAYA. Academic success is greatly influenced by various factors and conditions, one of which is a person's ability to deal with academic pressure. The concept of academic hardiness is very important to discuss because of its role in improving student resilience and performance in undergoing the educational process. The purpose of this study was to determine the profile of academic hardiness of students at the University of Muhammadiyah Tasikmalaya. This study used a descriptive method and used a purposive sampling technique of 128 students. The results showed that most students were in the medium category as much as 77%, and in the high category as much as 23% and no students were found with low academic resilience. This academic resilience profile can be used as a basis for developing student development programs in higher education.

KEYWORDS: Academic Hardiness, Academic Hardiness Scale, College Students

DOI: 10.30653/001.202591.479



This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.
© 2025. Muhammad Muhajirin, Anandha Putri Rahimsyah.

PENDAHULUAN

Keberhasilan akademik adalah tujuan utama dalam dunia pendidikan, baik pada tingkat sekolah maupun perguruan tinggi. Namun, untuk mencapainya, siswa dan mahasiswa sering kali dihadapkan pada berbagai tantangan, seperti tekanan akademik, kompetisi antar individu, serta kesulitan dalam memahami materi pembelajaran. Tantangan ini, apabila tidak dikelola dengan baik, dapat mempengaruhi performa akademik dan kesejahteraan mental mahasiswa. Salah satu konsep psikologi yang relevan untuk memahami kemampuan tersebut adalah *academic hardiness*.

Academic hardiness didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk tetap tangguh dan optimis dalam menghadapi kesulitan akademik dengan cara memandang tantangan sebagai peluang untuk belajar dan berkembang, memiliki kontrol atas situasi yang dihadapi, serta menunjukkan komitmen terhadap tujuan akademik (Maddi, 2002). Tiga komponen utama *academic hardiness*, yaitu *commitment*, *control*, dan *challenge*,

¹ Corresponding author's address: Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya Jl. Tamansari KM 2,5 Kota Tasikmalaya, Indonesia. Email: muhajirin@umtas.ac.id

merupakan faktor kunci yang membantu individu mengelola stres akademik secara lebih efektif. Komitmen mengacu pada kecenderungan individu untuk terlibat, memiliki rasa tujuan, menemukan makna dalam aktivitas dan lingkungan seseorang. Tantangan adalah persepsi bahwa perubahan merupakan bagian yang diinginkan dari kehidupan dan unsur penting untuk pengembangan pribadi. Kontrol adalah persepsi bahwa individu dapat mengatur kejadian dan peristiwa kehidupan penting melalui imajinasi, pengetahuan, keterampilan, dan pilihan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ketangguhan akademik pada akhirnya mengarah pada pengembangan kecakapan dan tindakan *coping* yang meluas, memungkinkan individu untuk bertindak secara sengaja, bukan sebaliknya bertindak pasif dan merasa tidak berdaya dalam menghadapi situasi yang penuh tekanan serta perubahan (Bartone, Roland, Picano, & Williams, 2008).

Hasan, S. (2018) menyatakan mahasiswa berada pada rentang usia 18 sampai 25 tahun untuk jenjang sarjana (S1). Mahasiswa memiliki tanggung jawab utama yaitu belajar, mengembangkan ilmu dan berkontribusi pada masyarakat melalui tridharma perguruan tinggi, yaitu pendidikan, penelitian dan pengabdian pada masyarakat.

Ketangguhan akademik menjadi bagian penting sepanjang perjalanan pendidikan formal, terutama ketika mahasiswa menghadapi tekanan akademik yang signifikan, seperti pada masa ujian, penyelesaian tugas akhir, atau proses transisi pendidikan.

Ketangguhan akademik perlu dimiliki mahasiswa untuk meningkatkan performanya baik didalam kelas, kampus maupun konteks pembelajaran daring yang semakin umum di era pendidikan modern (Arkorful, V., & Abaidoo, N., 2015).

Ketangguhan akademik sangat diperlukan karena tantangan pendidikan semakin kompleks akibat perubahan global dan tuntutan dunia kerja, serta tekanan untuk berprestasi. Mahasiswa yang memiliki tingkat akademik yang tinggi cenderung lebih mampu mengelola stres, menjaga motivasi, dan mengatasi tekanan akademik secara efektif (Hadiyanti & Rustina, 2020). Sebaliknya, rendahnya tingkat ketangguhan akademik dapat menyebabkan seseorang mengalami stres yang lebih tinggi, penurunan motivasi, hingga *burnout* (Yusuf et al., 2021).

Maka penelitian ini penting untuk membahas dan mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi ketangguhan akademik serta intervensi yang dapat dilakukan untuk meningkatkannya. Penelitian ini bertujuan agar mendapatkan profil ketangguhan akademik mahasiswa universitas muhammadiyah tasikmalaya.

METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif. Tujuan penelitian untuk mendapatkan profil tingkat ketangguhan akademik mahasiswa Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya. Responden penelitian terdiri dari 128 mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP), Fakultas Ilmu Kesehatan (FIKES), dan Fakultas Teknik (FT) angkatan 2021 semester 7. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini ialah teknik *purposive sampling* dengan kriteria mahasiswa aktif semester 7 dan sedang mempersiapkan proposal penelitian. Instrumen penelitian yang digunakan ialah skala ketangguhan akademik berdasarkan proses adaptasi dari *Academic Hardiness Scale* (AHS) oleh Maddi et al. (2002) dengan model skala *likert*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengumpulan data terhadap 128 mahasiswa secara umum menunjukkan profile tingkat ketangguhan akademik mahasiswa digambarkan sebagai berikut.



Gambar 1. Tingkat Ketangguhan Akademik Mahasiswa

Berdasarkan data yang disajikan, ketangguhan akademik mahasiswa menunjukkan gambaran yang cukup positif. Tidak adanya mahasiswa yang tergolong dalam kategori rendah menjadi indikasi bahwa seluruh siswa memiliki kemampuan dasar untuk bertahan dalam tantangan akademik. Hasil ini memberikan pandangan optimis mengenai kemampuan mahasiswa dalam menghadapi tekanan belajar.

Sebagian besar mahasiswa, yaitu sebanyak 98 mahasiswa (77%), berkategori sedang. Hal ini menandakan mayoritas mahasiswa memiliki kemampuan adaptasi dan daya juang yang memadai untuk menghadapi tantangan akademik sehari-hari. Namun, kelompok ini mungkin membutuhkan dukungan lebih lanjut, seperti pengembangan keterampilan belajar, pengelolaan waktu, dan strategi menghadapi stres, untuk meningkatkan ketangguhan mereka.

Sebanyak 30 mahasiswa (23%) termasuk dalam kategori tinggi. Mahasiswa dalam kelompok ini menunjukkan kemampuan yang sangat baik dalam mengelola tekanan akademik, motivasi intrinsik yang kuat, dan kemampuan bangkit dari kegagalan. Mereka juga dapat menjadi panutan bagi siswa lain melalui program mentoring atau kegiatan yang mempromosikan pembelajaran kolaboratif.

Secara teori, konsep ketangguhan akademik dapat dikaitkan dengan teori "resilience" yang dikemukakan oleh para ahli. Menurut Masten (2001), ketangguhan adalah proses adaptasi yang positif meskipun menghadapi situasi sulit atau penuh tekanan. Proses ini melibatkan faktor protektif seperti dukungan sosial, efikasi diri, dan regulasi emosi yang efektif. Dalam konteks akademik, ketangguhan ini terlihat dari kemampuan siswa untuk tetap termotivasi dan berprestasi meskipun menghadapi berbagai hambatan (Connor & Davidson, 2003).

Duckworth et al. (2007) juga menggarisbawahi peran "grit" atau ketekunan dan hasrat untuk mencapai tujuan jangka panjang sebagai salah satu elemen kunci ketangguhan akademik. Mahasiswa yang memiliki ketekunan tinggi lebih cenderung untuk bangkit kembali setelah kegagalan dan terus berusaha mencapai target

akademiknya. Hal ini sesuai dengan pandangan Fredrickson (2001) yang menyatakan bahwa emosi positif dapat memperluas cara berpikir dan bertindak seseorang, sehingga membantu individu untuk mengatasi stres akademik dengan lebih baik.

Pendekatan ekologi sosial dari Bronfenbrenner (1979) juga relevan dalam memahami ketangguhan akademik. Lingkungan belajar yang mendukung, termasuk dukungan dari guru, orang tua, dan teman sebaya, memainkan peran penting dalam membangun ketangguhan siswa. Werner dan Smith (1992) menemukan bahwa hubungan interpersonal yang positif dapat menjadi penyangga terhadap dampak negatif stres, memungkinkan siswa untuk tetap berprestasi di bawah tekanan.

Penelitian korelasional menunjukkan bahwa ketangguhan akademik berhubungan positif dengan prestasi akademik (Sheard, 2009). Mahasiswa dengan ketangguhan tinggi cenderung memiliki strategi belajar yang lebih efektif, regulasi emosi yang baik, dan motivasi intrinsik yang kuat, yang semuanya berkontribusi pada keberhasilan akademik. Selain itu, Hystad et al. (2011) menemukan bahwa hardiness berperan sebagai mediator antara stres akademik dan kesehatan mental, yang berarti bahwa mahasiswa yang tangguh lebih mampu mengelola tekanan akademik tanpa mengalami penurunan kesejahteraan psikologis. Untuk meningkatkan ketangguhan akademik mahasiswa secara keseluruhan, beberapa strategi dapat diterapkan:

1. Penguatan Dukungan Psikologis, Menyediakan program pelatihan pengelolaan stres, pengembangan motivasi, dan keterampilan adaptasi untuk mahasiswa di kategori sedang.
2. Optimalisasi Potensi Siswa Berketangguhan Tinggi, Memberikan tantangan tambahan atau peluang kepemimpinan bagi siswa dalam kategori tinggi untuk memaksimalkan potensi mereka.
3. Peningkatan Lingkungan Belajar, Menciptakan suasana belajar yang kondusif melalui komunikasi yang efektif antara dosen, mahasiswa, dan orang tua, serta memberikan apresiasi terhadap keberhasilan mahasiswa.

Dengan strategi-strategi tersebut, diharapkan tingkat ketangguhan akademik siswa dapat terus ditingkatkan sehingga mereka mampu menghadapi tantangan akademik maupun non-akademik secara efektif.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketangguhan akademik mahasiswa secara umum berada pada tingkat yang baik. Tidak adanya mahasiswa dalam kategori rendah menandakan kemampuan dasar mahasiswa untuk menghadapi tantangan akademik telah terpenuhi. Sebagian besar siswa berada pada kategori sedang sebanyak 77%, menunjukkan kebutuhan untuk penguatan dalam hal keterampilan belajar dan pengelolaan stres. Sebanyak 23% siswa yang tergolong tinggi memberikan indikasi bahwa kelompok ini memiliki ketangguhan yang sangat baik dan berpotensi menjadi contoh bagi mahasiswa lain.

Ucapan Terima Kasih

Penelitian ini merupakan hibah internal yang didanai oleh Lembaga Pengembangan Pembelajaran Penjaminan Mutu (LP3M) Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya (UMTas) tahun 2024.

REFERENSI

- Arkorful, V., & Abaidoo, N. (2015). *The role of e-learning, the advantages, and disadvantages of its adoption in higher education*. *International Journal of Instructional Technology and Distance Learning*, 12(1), 29-42.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of Control*. W. H. Freeman.
- Bartone, P. T., Roland, R. R., Picano, J. J., & Williams, T. J. (2008). *Psychological hardiness predicts success in US Army Special Forces candidates*. *International Journal of Selection and Assessment*, 16(1), 78–81. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2389.2008.00412.x>
- Benard, B. (2004). *Resiliency: What we have learned*. WestEd.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design*. Harvard University Press.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). *Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)*. *Depression and Anxiety*, 18 (2), 76-82.
- Cyrułnik, B. (2009). *Resilience: How your inner strength can set you free from the past*. TarcherPerigee.
- Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. R. (2007). *Grit: Perseverance and passion for long-term goals*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92 (6), 1087-1101
- Fredrickson, B. L. (2001). *The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions*. *American Psychologist*, 56 (3), 218-226.
- Garnezy, N. (1991). *Resiliency and vulnerability to adverse developmental outcomes associated with poverty*. *American Behavioral Scientist*, 34 (4), 416-430.
- Grotberg, E. H. (1995). *A guide to promoting resilience in children: Strengthening the human spirit*. The Hague: Bernard van Leer Foundation.
- Hadiyanti, S., & Rustina, Y. (2020). *Academic Hardiness dan Hubungannya dengan Keberhasilan Akademik Mahasiswa*. *Jurnal Psikologi Pendidikan*.
- Hadiyanti, T., & Rustina, R. (2020). *Hubungan Academic Hardiness dengan Stres Akademik pada Mahasiswa*. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 6(1), 12-20.
- Hasan, S. (2018). *Psikologi Pendidikan: Usia Perkembangan dan Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.
- Henderson, N., & Milstein, M. (1996). *Resiliency in schools: Making it happen for students and educators*. Corwin Press.
- Hystad, S. W., Eid, J., Laberg, J. C., & Bartone, P. T. (2011). *Academic stress and health: Exploring the moderating role of personality hardiness*. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 55 (5), 471-482.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). *The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work*. *Child Development*, 71 (3), 543-562.
- Maddi, S. R. (2002). *The Story of Hardiness: Twenty Years of Theorizing, Research, and Practice*. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 54(3), 173-185.
- Maddi, S. R., Matthews, M. D., Kelly, D. R., Villarreal, B., & White, M. (2002). *The Personality Construct of Hardiness, III: Relationships with Repression, Innovativeness, Authoritarianism, and Performance*. *Journal of Personality*, 70(3), 329–345. <https://doi.org/10.1111/1467-6494.05007>
- Masten, A. S. (2001). *Ordinary magic: Resilience processes in development*. *American Psychologist*, 56 (3), 227-238.

- Richardson, G. E. (2002). *The metatheory of resilience and resiliency*. *Journal of Clinical Psychology*, 58 (3), 307-321.
- Rutter, M. (1987). *Psychosocial resilience and protective mechanisms*. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57 (3), 316-331.
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Atria Books.
- Sheard, M. (2009). *Hardiness, commitment, and school achievement*. *Journal of Individual Differences*, 30 (4), 188-193.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Ungar, M. (2012). *Social Ecologies and Their Contribution to Resilience*. In M. Ungar (Ed.), *The social ecology of resilience: A handbook of theory and practice* (pp. 13-31). Springer.
- Werner, E. E. (1993). *Risk, resilience, and recovery: Perspectives from the Kauai longitudinal study*. *Development and Psychopathology*, 5(4), 503-515.
- Werner, E. E., & Smith, R. S. (1992). *Overcoming the odds: High-risk children from birth to adulthood*. Cornell University Press.
- Yusuf, A. M., & Nurhidayah, E. (2022). *Faktor yang Mempengaruhi Academic Hardiness pada Mahasiswa: Studi Literatur*. *Jurnal Pendidikan dan Psikologi Indonesia*, 5(1), 23-35.
- Yusuf, M., Setiawan, R., & Rahmawati, I. (2021). *Academic Hardiness dan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa*. *Jurnal Psikologi*, 48(2), 98-112.
- Zimmerman, M. A., & Arunkumar, R. (1994). *Resiliency research: Implications for schools and policy*. *Social Policy Report*, 8*(4), 1-17.