

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Proses pembelajaran di perguruan tinggi menuntut mahasiswa untuk memiliki kemandirian dalam belajar yang tinggi serta mampu menyeimbangkan berbagai tuntutan antara tugas kuliah, organisasi, maupun kehidupan pribadi (Santoso, 2023). Beratnya beban tugas akademik dapat dipicu oleh berbagai faktor dari segi akademik seperti ujian yang membuat individu tertekan dan adanya persaingan di lingkungan akademik (Rohmah & Mahrus, 2024). Mahasiswa yang tidak memiliki kemampuan penyesuaian diri yang memadai dalam menghadapi berbagai kesulitan akademik, dapat meningkatkan kerentanan terhadap tekanan psikologis seperti stres, depresi, munculnya perasaan putus asa, serta penurunan dorongan untuk belajar dan berprestasi (Simanjuntak & Pangaribuan, 2022).

Mahasiswa jurusan non-keperawatan biasanya hanya menghadapi beban akademik berupa perkuliahan teori, ujian, dan tugas-tugas akademik standar, tanpa harus terlibat dalam praktik klinik atau interaksi langsung dengan pasien. Selain itu, mahasiswa jurusan lain tidak mengalami kombinasi tekanan akademik dan tanggung jawab profesional yang bersifat praktis dan nyata seperti yang dialami mahasiswa keperawatan (Bilka et al., 2025).

Penelitian pada mahasiswa kedokteran di Universitas Malahayati menemukan bahwa 45,6% mahasiswa memiliki resiliensi rendah dan 54,4%

memiliki resiliensi sedang hingga tinggi (Sanusi et al., 2023). Kondisi ini menunjukkan bahwa hampir setengah dari mahasiswa kedokteran masih berada pada kategori resiliensi rendah yang dapat mempengaruhi performa akademik mereka. Penelitian lain pada mahasiswa Fakultas Teknik menunjukkan bahwa mereka mengalami stres akademik yang lebih tinggi dibanding fakultas lain yang disebabkan oleh bentuk pembelajaran yang sangat kompleks dengan kombinasi teori dan perhitungan (Permana et al., 2024)

Mahasiswa keperawatan tidak hanya menjalani pembelajaran teoritis, tetapi juga diwajibkan mengikuti praktik klinik, jadwal kuliah yang padat, melakukan pengamatan terhadap dinamika perkuliahan, menyusun laporan hasil observasi, serta menyelesaikan berbagai tugas akademik yang diberikan dosen sehingga menuntut mahasiswa untuk mampu mengelola keseimbangan antara tanggung jawab akademik dan perkembangan kehidupan pribadi menuju kedewasaan (Sanger & Sigar, 2024). Dalam menghadapi tantangan tersebut, mahasiswa memerlukan kemampuan *academic resilience* atau ketahanan akademik yang memadai agar dapat menyelesaikan pendidikan dengan sukses (Nuraini et al., 2025).

Academic resilience merupakan kemampuan seseorang untuk menghadapi kesulitan dalam belajar, meningkatkan kemampuan belajar, mempertahankan fokus dan semangat, serta mampu beradaptasi dengan berbagai perubahan kondisi (Martin & Marsh dalam Ariesta & Idriyani, 2025). Ketahanan akademik atau *academic resilience* menjadi salah satu indikator dalam

menentukan sejauh mana mahasiswa mampu menghadapi tantangan belajar secara efektif (Habibah et al., 2024).

Tingkat prevalensi *academic resilience* pada mahasiswa secara global tergolong rendah, yaitu hanya sekitar 36% dari total 13.931 mahasiswa yang tersebar di 18 negara (Chua et al, 2023). Berdasarkan hasil meta-analisis, sekitar 27% individu di seluruh dunia menunjukkan tingkat *academic resilience* yang rendah selama masa pandemi, dengan rincian 35% pada populasi umum dan 23% di kalangan tenaga kesehatan (Endah et al., 2023). Di Indonesia, penelitian di Universitas Riau menemukan bahwa 40,3% mahasiswa keperawatan tingkat akhir berada pada kategori *academic resilience* rendah, sehingga sebagian besar mahasiswa belum optimal menghadapi tekanan akademik dalam menyelesaikan tugas akhir (Sonia et al., 2021).

Rendahnya *academic resilience* pada mahasiswa keperawatan berdampak signifikan terhadap capaian akademik dan kesejahteraan psikologis. Studi pada 156 mahasiswa Universitas Airlangga menemukan bahwa 47,4% mahasiswa memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang rendah, sementara 37,8% mahasiswa memiliki tingkat sedang dan hanya 14,7% lainnya berada pada kategori tinggi (M. R. Saputra & Palupi, 2020). Di sisi lain, sekitar 32% dari mahasiswa menyatakan bahwa stres akademik mengakibatkan kuliah yang tidak selesai (*drop out*) atau nilai yang lebih rendah. Di Indonesia, persentase mahasiswa yang mengalami stres akademik sebesar 36,7- 71,6% (Yuda et al., 2023).

Mahasiswa yang memiliki tingkat *academic resilience* tinggi cenderung memperlihatkan pola pikir optimis ketika dihadapkan pada berbagai tuntutan dan hambatan akademik. Sebaliknya, mahasiswa dengan kemampuan *academic resilience* yang rendah umumnya menunjukkan kecenderungan pesimis dalam menghadapi tantangan akademik serta memiliki cara pandang yang lebih negatif terhadap proses belajar (Rinasih et al., 2024).

Pembentukan *academic resilience* tidak terjadi secara spontan namun tumbuh melalui interaksi antara faktor eksternal dan internal yang mendukung proses adaptasi mahasiswa terhadap tekanan akademik (Nuraini et al., 2025). Menurut Surya & Armiati (2023), terdapat lima faktor utama yang berperan dalam membentuk *academic resilience* mahasiswa yaitu optimisme, *self-regulated learning*, dukungan sosial, prokrastinasi akademik, dan spiritualitas. Urgensi faktor dukungan sosial dalam *academic resilience* mahasiswa menjadi semakin penting mengingat tuntutan akademik yang semakin kompleks, seperti beban tugas yang tinggi, tekanan pencapaian prestasi, serta adaptasi terhadap sistem pembelajaran yang dinamis (Wulandari & Metia, 2025).

Social support (dukungan sosial) merupakan dukungan yang diberikan oleh orang lain dengan memberikan kenyamanan, perhatian, penghargaan dan bantuan kepada individu maupun kelompok lain, berasal dari keluarga, pasangan, teman dan organisasi masyarakat (Sarafino et al dalam Yoelianita & Iswinarti, 2023). Dukungan tersebut dapat berupa dukungan emosional seperti perhatian dan rasa peduli, dukungan informasional seperti nasihat dan

bimbingan, serta dukungan instrumental seperti bantuan nyata dalam menyelesaikan tugas (Muthmainah, 2022).

Dukungan sosial berperan sebagai sumber perlindungan psikologis yang dapat membantu mahasiswa mengelola stres akademik, meningkatkan motivasi belajar, serta memperkuat kemampuan bertahan dan bangkit dari kesulitan akademik (R. Saputra et al., 2024). Tingkat resiliensi setiap orang akan bervariasi tergantung pada dukungan sosial yang mereka terima, yang mempengaruhi pembentukan resiliensi mereka (Grotberg dalam Nadeak, 2024). Pernyataan tersebut didukung oleh Tian et al (2021), yang menyebutkan bahwa lingkungan sekitar atau *figure* individu akan mempengaruhi proses pengembangan resiliensi seseorang.

Penelitian yang dilakukan oleh Nadeak menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap *academic resilience* dengan nilai koefisien 0,447 dan nilai *p-Values* = 0,000 < 0,05, karena mahasiswa yang mendapat dukungan lebih banyak dari keluarga, teman, atau dosen menunjukkan ketahanan belajar yang lebih kuat dibandingkan mereka yang kurang mendapat dukungan (Nadeak, 2024). Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Yoelianita & Iswinarti (2023) terhadap mahasiswa keperawatan selama pandemi juga mengungkap bahwa dukungan sosial berpengaruh positif terhadap *academic resilience*, baik secara langsung ($r=0,478$; $p=0,000$) maupun tidak langsung ($r=0,426$; $p=0,000$) melalui peran mediasi *self-regulated learning*.

Selain pengaruh lingkungan sosial, kemampuan mahasiswa dalam mengatur proses belajarnya secara mandiri juga berperan dalam membangun ketahanan akademik. Konsep *self-regulated learning* menggambarkan kemampuan individu untuk mengontrol pikiran, emosi, dan perilaku dalam mencapai tujuan belajar (Tarumasely, 2024). Mahasiswa yang memiliki *self-regulated learning* tinggi mampu merencanakan strategi belajar, memantau kemajuan, serta mengevaluasi hasil yang diperoleh secara reflektif (Afrida et al., 2025).

Self-regulated learning dipengaruhi oleh lingkungan sosial yang ada, di mana dukungan sosial merupakan salah satu bagian dari lingkungan sosial itu sendiri (Heng & Lathiiifah, 2022). Kehadiran orang tertentu menjadi bentuk dukungan sosial yang akan memberikan rasa nyaman, kepedulian, meningkatkan harga diri dan pada akhirnya membantu individu dalam menghadapi masalah yang sedang dihadapi (Sarafino dalam Nadeak, 2024). Hal ini akan berdampak pada peningkatan *academic resilience*, di mana belajar dari kesalahan (regulasi diri) merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi *academic resilience* (Artuch-Garde et al dalam Nadeak, 2024).

Penelitian De la Fuente et al (2023), menjelaskan bahwa mahasiswa dengan kemampuan *self-regulated learning* yang baik menunjukkan motivasi intrinsik yang tinggi dan lebih mudah beradaptasi terhadap perubahan lingkungan belajar. Penelitian Holzer et al (2021), menemukan bahwa mahasiswa dengan *self-regulated learning* tinggi cenderung lebih stabil secara emosional, mampu mengatur waktu dengan baik, serta memiliki performa

akademik yang lebih konsisten dibandingkan mahasiswa dengan *self-regulated learning* rendah. Kemampuan ini membuat mahasiswa lebih siap menghadapi tekanan belajar karena mereka memiliki kontrol terhadap strategi dan emosi yang digunakan selama proses akademik.

Hasil studi yang dilakukan oleh Suud et al (2024), yang menunjukkan bahwa dukungan sosial dari keluarga berkontribusi secara positif terhadap peningkatan *academic resilience* melalui peran mediasi *self-regulated learning*. Hasil tersebut menegaskan bahwa dukungan keluarga berperan sebagai faktor eksternal krusial yang mampu mendorong mahasiswa untuk mengembangkan kemampuan pengelolaan diri dalam proses belajar (Suud et al., 2024).

Fenomena ini juga tampak nyata di lingkungan mahasiswa Keperawatan Universitas Andalas. Mahasiswa diwajibkan menyelesaikan beban belajar setidaknya 144 SKS dengan capaian kelulusan tepat waktu (≤ 4 tahun) yang mencakup pembelajaran teoritis, pratikum, dan praktik klinik (Universitas Andalas, 2020). Berdasarkan data akademik keperawatan, tercatat 2 mahasiswa angkatan 2018 dan 1 mahasiswa angkatan 2021 terdata *drop-out* (DO).

Berdasarkan observasi awal dan informasi dari akademik, masih terdapat mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan angkatan 2021 yang berada pada tahap penyusunan skripsi meskipun telah melewati batas lulus tepat waktu, di mana tidak aktif dalam proses bimbingan serta tidak memberikan respons saat dihubungi, sehingga proses penyusunan skripsi

terhenti. Kondisi ini mengindikasikan adanya hambatan dalam keberlangsungan studi dan ketuntasan akademik mahasiswa.

Selanjutnya, pada periode Juli hingga Desember 2025 tercatat 4 mahasiswa S1 tidak teregistrasi di mana tidak ada kabar yang mengindikasikan adanya potensi permasalahan keberlanjutan studi. Saat ini, juga terdapat mahasiswa Fakultas Keperawatan penerima KIP berjumlah 86 orang yang terdiri dari angkatan 2022, 2023, dan 2024.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan terhadap 10 mahasiswa (5 penerima KIP dan 5 non-KIP) Fakultas Keperawatan Universitas Andalas, menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa telah memiliki target akademik, namun belum konsisten dalam mengatur belajar mandiri dan mempertahankan motivasi. Pada aspek *academic resilience*, 2 mahasiswa KIP menunjukkan kesulitan menyesuaikan strategi belajar saat mendapat nilai rendah, sedangkan 3 mahasiswa KIP lainnya dan sebagian non-KIP hanya mampu mengatasi tekanan dalam situasi tertentu namun belum stabil.

Pada aspek *self-regulated learning*, mahasiswa masih terbatas dalam merencanakan dan mengontrol motivasi belajar, baik pada kelompok KIP maupun non-KIP. Selanjutnya, pada aspek dukungan sosial, mahasiswa merasakan dukungan yang beragam baik dari keluarga, teman, maupun tenaga pendidik. Namun, masih terdapat mahasiswa yang mengatakan kurang mendapatkan dukungan secara langsung dari orang tua karena jauh dari

perantauan dan keterbatasan ekonomi sehingga berpotensi memengaruhi kemampuan mereka mengelola belajar dan menghadapi tekanan akademik.

Secara keseluruhan, studi pendahuluan ini menunjukkan bahwa mahasiswa keperawatan, baik penerima KIP maupun non-KIP, memerlukan penguatan dalam aspek *academic resilience*, *self-regulated learning*, dan dukungan sosial. Penelitian yang secara langsung meneliti hubungan dukungan sosial, *self-regulated learning*, dan *academic resilience* pada mahasiswa keperawatan khususnya di Indonesia masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini relevan dilakukan di Universitas Andalas untuk mengisi celah penelitian (*research gap*).

Berdasarkan fenomena dan uraian di atas, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih lanjut dalam sebuah penelitian yang berjudul “Hubungan Dukungan Sosial dan *Self-Regulated Learning* dengan *Academic Resilience* pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Andalas”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara dukungan sosial dan *self-regulated learning* dengan *academic resilience* pada mahasiswa keperawatan Universitas Andalas.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis hubungan dukungan sosial dan *self-regulated learning* dengan *academic resilience* pada mahasiswa keperawatan Universitas Andalas.

2. Tujuan Khusus

1. Diketahui distribusi frekuensi tingkat dukungan sosial pada mahasiswa keperawatan Universitas Andalas.
2. Diketahui distribusi frekuensi tingkat *self-regulated learning* pada mahasiswa keperawatan Universitas Andalas.
3. Diketahui distribusi frekuensi tingkat *academic resilience* pada mahasiswa keperawatan Universitas Andalas.
4. Diketahui arah dan kekuatan hubungan dukungan sosial dengan *academic resilience* pada mahasiswa keperawatan Universitas Andalas.
5. Diketahui arah dan kekuatan hubungan *self-regulated learning* dengan *academic resilience* pada mahasiswa keperawatan Universitas Andalas.



D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literatur ilmiah mengenai hubungan dukungan sosial, *self-regulated learning*, dan *academic resilience*, khususnya dalam konteks mahasiswa keperawatan. Hasil penelitian akan memberikan kontribusi terhadap pengembangan

teori psikologi pendidikan dan ilmu keperawatan dengan menegaskan peran penting variabel psikososial dalam membangun daya tahan akademik. Dengan demikian, penelitian ini dapat memperluas pemahaman konseptual mengenai mekanisme hubungan antara faktor eksternal (dukungan sosial) dan faktor internal (*self-regulated learning*) dalam meningkatkan *academic resilience* mahasiswa di bidang kesehatan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi Pelayanan Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan pertimbangan oleh rumah sakit, puskesmas, maupun fasilitas kesehatan lainnya dalam upaya menciptakan suasana praktik yang kondusif bagi kesejahteraan serta peningkatan performa mahasiswa keperawatan.

b. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai dasar bagi Fakultas Keperawatan Universitas Andalas maupun lembaga pendidikan keperawatan lainnya, untuk merancang penguatan *self-regulated learning* dalam proses pembelajaran melalui peran dosen pembimbing akademik (PA) dan juga dari dosen lainnya.

c. Bagi Ilmu Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan bidang ilmu keperawatan, terutama yang berkaitan dengan pendidikan dan aspek kesejahteraan psikologis mahasiswa.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan bagi peneliti berikutnya untuk menelaah lebih dalam berbagai faktor yang mempengaruhi *academic resilience* mahasiswa keperawatan dengan pendekatan, metode, serta variabel penelitian yang lebih luas.

