

RESILIENSI PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA PROGRAM KELAS KARYAWAN DITINJAU DARI KONSEP DIRI

Feti Astuti¹. Triana Noor Edwina DS²

Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta

Fettyastuti.umby13@gmail.com

Abstraksi. Mahasiswa pada tahun pertama memiliki tantangan tersendiri dalam hidup, ketika individu masuk dalam dunia kuliah, individu menghadapi berbagai perubahan mulai dari perubahan karena perbedaan sifat pendidikan sekolah menengah atas dan perguruan tinggi, perbedaan dalam hubungan sosial, pemilihan bidang studi atau jurusan, dan masalah ekonomi. Mahasiswa tahun pertama yang mengambil program kelas karyawan tentunya mengalami kesulitan dan tantangan yang lebih berat karena mahasiswa harus pandai membagi waktu, tenaga, dan pikiran untuk bekerja dan ketika sore hingga malam hari mahasiswa harus mengikuti perkuliahan. Dalam menyikapi permasalahan-permasalahan tersebut, mahasiswa memerlukan kemampuan untuk beradaptasi positif dalam menghadapi kesulitan dan membutuhkan kemampuan luar biasa untuk bertahan dan bangkit dari kesulitan yang dihadapi seseorang secara sehat, dalam keilmuan psikologi disebut resiliensi. Hipotesis dalam penelitian ini ialah terdapat hubungan positif antara konsep diri dengan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama program kelas karyawan. Subyek pada penelitian ini adalah mahasiswa tahun pertama program kelas karyawan sebanyak 38 mahasiswa. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala Konsep Diri dan Skala Resiliensi. Hasil penelitian dianalisis dengan teknik korelasi product moment. Hasil koefisien korelasi (r_{xy}) = 0,611 dengan $p= 0,000$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara konsep diri dengan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama program kelas karyawan. Dari hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa konsep diri memiliki kontribusi positif terhadap resiliensi sehingga semakin tinggi konsep diri maka semakin tinggi pula resiliensi. Individu yang memiliki konsep diri tinggi akan lebih optimis, penuh percaya diri dan selalu bersikap positif terhadap segala sesuatu, juga terhadap kegagalan yang dialaminya. Individu juga mampu menghargai dirinya dan melihat hal-hal positif yang dapat dilakukan demi keberhasilan di masa yang akan datang.

Kata Kunci: konsep diri, mahasiswa tahun pertama program kelas karyawan, resiliensi

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan kebutuhan primer dalam kehidupan manusia, aspek paling penting dalam pembangunan nasional, yaitu sebagai upaya meningkatkan kualitas hidup dan membentuk manusia yang lebih baik di masa yang akan datang. Salah satu jenjang pendidikan formal di Indonesia ialah perguruan tinggi. Memasuki perguruan tinggi mendatangkan perubahan hidup bagi individu. Biasanya perubahan dialami paling sering di tahun pertama kuliah ketika memasuki perguruan

tinggi (Setyowati, dkk dalam Amelia, dkk, 2014). Gunarsa (2008) menyatakan bahwa ketika individu memasuki perguruan tinggi, individu menghadapi berbagai perubahan, mulai dari perubahan karena perbedaan sifat pendidikan sekolah menengah atas dan perguruan tinggi, perbedaan dalam hubungan sosial, pemilihan bidang studi atau jurusan, dan masalah ekonomi. Selain menghadapi perubahan-perubahan di atas, mahasiswa baru juga akan menghadapi tekanan akibat proses akulturasi dengan budaya baru di tempat ia

menuntut ilmu. Mahasiswa harus menghadapi perubahan budaya, perubahan gaya hidup, perubahan lingkungan, dan mahasiswa dituntut untuk mampu mengatasinya dengan baik agar kelangsungan pendidikan juga berjalan dengan baik.

Peneliti memfokuskan pada mahasiswa tahun pertama yang mengambil program kelas karyawan dikarenakan dewasa ini program kelas karyawan makin diminati terutama bagi individu yang sudah bekerja atau sebagai karyawan. Salah satu Universitas Swasta di Yogyakarta yang membuka program kelas karyawan ialah Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Program kuliah karyawan dimaknai sebagai kuliah yang diselenggarakan oleh universitas (kampus) untuk calon mahasiswa yang umumnya sudah menajadi karyawan. Biasanya calon mahasiswa yang sudah menjadi karyawan hanya mempunyai waktu luang terbatas, yaitu pada setiap sore atau malam hari atau pada hari Sabtu serta Minggu saja. Kuliah kelas karyawan tidak menyalahi aturan Dikti selama ada tatap jumlah serta kualitas muka (pertemuan) dalam pembelajaran yang sesuai (www.blog.mercubuana-yogya.ac.id).

Berdasarkan wawancara peneliti pada 12 mahasiswa tahun pertama program karyawan pada bulan April dan Oktober 2016 di kampus Universitas Mercu Buana Yogyakarta, ditemukan kesulitan-kesulitan atau permasalahan-permasalahan yang dihadapi oleh mahasiswa tahun pertama kelas karyawan khususnya fakultas psikologi antara lain : manajemen waktu untuk kuliah dan bekerja, penyesuaian sosial, interaksi dan komunikasi, masalah adaptasi terhadap sistem di kampus, serta berkurangnya kuantitas dan kualitas bersama keluarga ataupun orang-orang terdekat.

Dalam menyikapi permasalahan-permasalahan tersebut diatas, mahasiswa memerlukan kemampuan untuk beradaptasi positif dalam menghadapi kesulitan dan membutuhkan kemampuan luar biasa untuk bertahan dan bangkit dari kesulitan yang dihadapi seseorang

secara sehat, dalam keilmuan psikologi disebut resiliensi (Ekasari & Andriyani, 2013). Astuty (dalam Amelia, dkk, 2014) menambahkan bahwa reaksi setiap individu berbeda dalam menghadapi berbagai tantangan atau permasalahan dalam hidup. Perbedaan reaksi disebabkan oleh cara pandang yang berbeda terhadap permasalahan yang ada. Salah satu faktor yang mempengaruhi perbedaan itu adalah resiliensi. Individu yang mempunyai resiliensi disebut individu yang resilien.

Reivich & Shatte (2003) mendefinisikan resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi, mengendalikan, melalui, dan bangkit kembali ketika kesulitan menerpa. Adapun mengenai aspek-aspek resiliensi menurut Reivich & Shatte (2003) ada (7) tujuh aspek, yaitu: (1) regulasi emosi, yaitu kemampuan untuk tetap tenang di bawah kondisi yang menekan, (2) pengendalian impuls, adalah kemampuan individu untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, serta tekanan yang muncul dari dalam diri seseorang, (3) optimis, ialah individu percaya semua hal dapat berubah lebih baik serta memiliki harapan terhadap masa depan dan dapat mengontrol arah hidupnya, (4) analisis penyebab, ialah kemampuan individu untuk mengidentifikasi penyebab permasalahan individu secara akurat, (5) empati, ialah kemampuan individu untuk dapat memahami perasaan dan dapat membaca tanda-tanda kondisi emosional dan psikologis orang lain, (6) efikasi diri, ialah individu percaya bahwa individu tersebut dapat mengatasi permasalahan-permasalahan yang mungkin akan dialami dan mempercayai kemampuannya untuk sukses, (7) pencapaian aspek positif, ialah kemampuan individu meraih aspek positif dari kehidupan setelah kemalangan yang menimpa.

Tingkat resiliensi pada siswa di Indonesia dewasa ini cenderung masih rendah dan mudah rapuh, salah satu bukti rendahnya tingkat resiliensi siswa yaitu meningkatnya kasus bunuh diri pada siswa. Kasus bunuh diri di Indonesia pada anak dan remaja (usia 15-24 tahun) tercatat tertinggi di Asia. Siswa

dituntut untuk aktif dan kreatif, sehingga tidak jarang siswa mendapatkan kesulitan dan permasalahan dalam menjalani proses belajar mengajar di sekolah yang menyebabkan siswa tertekan (Ekasari & Andriyani, 2013).

Penelitian Amelia, dkk (2014) menunjukkan tingkat resiliensi pada mahasiswa tahun pertama belum berada pada kategori tertinggi, paling banyak berada pada ketangguhan diri (resiliensi) kategori sedang. Sampel pada penelitian ini adalah mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau yang berjumlah 119 orang yang terdiri dari 22 mahasiswa laki-laki dan 97 mahasiswa perempuan. Dalam penelitian ini juga dihasilkan kesimpulan bahwa ada perbedaan ketangguhan diri (resiliensi) berdasarkan jenis kelamin, ketangguhan diri (resiliensi) pada laki-laki lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan. Disimpulkan pula bahwa mahasiswa tahun pertama yang berstatus tempat tinggal bersama orang tua/keluarga mempunyai ketangguhan diri (resiliensi) lebih tinggi dibandingkan yang sendiri atau kos, serta diketahui resiliensi mahasiswa yang asal sekolah didalam kota Pekanbaru lebih tinggi dari mahasiswa yang asal sekolah berasal dari luar Pekanbaru.

Peneliti juga melakukan wawancara dengan 12 mahasiswa tahun pertama kelas karyawan di kampus Universitas Mercu Buana Yogyakarta pada bulan April dan Oktober 2016, dari hasil wawancara peneliti menemukan gejala-gejala resiliensi yang rendah pada 7 mahasiswa tahun pertama program karyawan, yaitu; mahasiswa merasa tertekan ketika dikejar *deadline* pekerjaan dan tugas kuliah juga harus segera dikumpulkan, fokus bekerja maupun kuliah terganggu ketika sedang ada masalah keluarga atau masalah pribadi lainnya, stres kerja dan tugas kuliah menyebabkan komunikasi interpersonal dengan anggota keluarga ataupun teman dekat kadang tidak baik. Hal-hal tersebut mengindikasikan rendahnya aspek regulasi emosi.

Dilihat dari aspek pengendalian impuls juga terindikasi masih rendah, ditunjukkan

dengan mudah tersinggung ataupun tidak bisa menahan amarah karena hal-hal kecil, seperti ketidakpuasan terhadap pelayanan akademik, tidak saling bicara ataupun adu mulut ketika terjadi konflik dengan rekan kerja, keluarga ataupun teman. Selain itu, harapan mahasiswa sebatas hanya sampai ingin cepat lulus kuliah, pesimis dapat mencapai karir/pekerjaan yang dicita-citakan, hal tersebut menunjukkan masih kurangnya aspek optimis dalam diri.

Kemampuan mahasiswa untuk mengidentifikasi penyebab permasalahan juga belum muncul, ditunjukkan ketika terjadi permasalahan dalam pekerjaan, kampus, keluarga maupun masalah pribadi lainnya mahasiswa cenderung tidak berpikir kembali mengenai penyebab masalahnya, namun lebih terfokus untuk mencari jalan keluar saja. Dilihat dari aspek empati, mahasiswa kurang peka dalam mengenali perasaan atau kondisi orang-orang disekitarnya, baik teman maupun anggota keluarganya, hal tersebut menunjukkan kurangnya rasa empati pada diri mahasiswa.

Mahasiswa juga merasa tidak yakin dengan kemampuan dirinya untuk dapat menyelesaikan kuliah hingga lulus ataupun tidak yakin dapat lulus tepat waktu, merasa tidak mampu lulus dengan predikat *cumlaude*, tidak yakin dirinya mampu menyelesaikan pekerjaan ataupun tugas yang diberikan oleh pimpinan. Hal-hal ini mengindikasikan kurangnya efikasi diri dalam diri mahasiswa. Dapat dilihat pula bahwa mahasiswa juga belum mampu meraih aspek positif/hikmah/pelajaran dari kehidupan setelah kemalangan yang menimpa, seperti cenderung melakukan kesalahan yang sama, misalnya berulang kali mangkir dari *deadline* pekerjaan ataupun melanggar aturan perusahaan, masih sering terlambat atau tidak mengumpulkan tugas kuliah, masih kerap tidak menuruti perintah/keinginan orang tua meskipun sering diingatkan. Hal-hal tersebut masih diulangi meskipun mengetahui akan menimbulkan masalah dan berdampak negatif pada diri.

Dari uraian fakta diatas, dapat disimpulkan bahwa tingkat resiliensi mahasiswa tahun pertama kelas karyawan terindikasi masih rendah. Seyogyanya setiap individu memiliki resiliensi yang tinggi karena individu yang resilien akan mampu untuk bertahan dibawah tekanan atau kesedihan dan tidak menunjukkan suasana hati yang negatif terus menerus. Apabila resiliensi dalam diri seseorang itu meningkat, maka akan mampu mengatasi masalah-masalah apapun, mampu untuk meningkatkan potensi-potensi diri, menjadi optimis, muncul keberanian, dan kematangan emosi (Aprilia, 2013). Uyun (2012) juga menyatakan bahwa individu yang memiliki resiliensi tinggi akan mampu keluar dari masalah dengan cepat dan tidak terbenam dengan perasaan sebagai korban lingkungan atau keadaan dan mampu mengambil keputusan saat berada dalam situasi sulit. Individu yang memiliki resiliensi tinggi mampu mempertahankan perasaan positif, kesehatan serta energi, dan individu yang resilien ialah individu yang tegar, individu memiliki energi positif yang akan melahirkan orang berkarakter.

Selain itu, resiliensi juga mempengaruhi penurunan tingkat distres psikologis pada mahasiswa, semakin tinggi tingkat resiliensi maka semakin rendah tingkat distres psikologis pada mahasiswa. Resiliensi berkaitan erat dengan tingkat distres yang dialami oleh individu. Individu yang resilien akan mampu mencapai tujuannya, berpikir dengan hati-hati, tenang, fokus terhadap masalah, mampu beradaptasi dan mengendalikan diri, dan yakin akan Tuhan dan nasib disaat mengalami kemunduran atau hal negatif (Azzahra, 2016). Penelitian Rusli (2016) juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara resiliensi dengan stres kerja. Semakin tinggi resiliensi karyawan, maka semakin rendah stres kerja karyawan. Karyawan yang resilien akan mampu bertahan dalam situasi-situasi yang mendesak, dalam menghadapi tuntutan dan tantangan pekerjaan yang menimbulkan stres kerja, dan sebaliknya individu yang tidak resilien akan

mudah putus asa dalam menghadapi masalah serta seringkali mengalami kesulitan dalam menghadapi situasi yang menekan.

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi menurut Everall, dkk (2006), antara lain; (a) faktor individual, merupakan kemampuan individu yang meliputi kemampuan kognitif individu, konsep diri, harga diri, dan kompetensi sosial yang dimiliki individu; (b) faktor keluarga, meliputi dukungan yang bersumber dari orang tua, yaitu bagaimana cara orang tua untuk memperlakukan dan melayani anak. Selain dukungan dari orang tua struktur keluarga juga berperan penting bagi individu; (c) faktor komunitas, meliputi keterlibatan dalam hubungan dan ekstrakurikuler kegiatan di luar rumah membantu berkembangnya resiliensi.

Bertitik tolak dari faktor-faktor determinan tersebut, maka konsep diri diasumsikan sebagai salah satu faktor penting yang mempengaruhi tingkat resiliensi individu. Hal ini dikarenakan konsep diri merupakan salah satu aspek perkembangan psikososial individu, konsep diri merupakan salah satu variabel yang menentukan dalam proses pendidikan. Banyak bukti yang menguatkan bahwa rendahnya prestasi dan motivasi peserta didik serta terjadinya penyimpangan penyimpangan perilaku peserta didik banyak disebabkan oleh persepsi dan sikap negatif peserta didik terhadap diri sendiri. Demikian juga dengan peserta didik yang mengalami kesulitan belajar, lebih disebabkan oleh sikap peserta didik yang memandang dirinya tidak mampu melaksanakan tugas-tugas dan kesulitan-kesulitan yang dihadapi (Desmita, 2014).

Berzonsky (1981) mendefinisikan konsep diri adalah gambaran yang dimiliki individu tentang dirinya, yang terdiri dari diri secara fisik, sosial, moral, dan psikis. Berzonsky (1981) membagi aspek konsep diri menjadi 4 aspek, antara lain: a) aspek diri fisik, ialah pandangan, pikiran, perasaan individu terhadap fisiknya; b) aspek diri psikis, yaitu pikiran, perasaan, dan perilaku yang dimiliki individu tentang diri individu; c) aspek diri

sosial, yaitu peran sosial yang dimainkan individu serta penilaian individu terhadap seberapa baik atau buruknya peran tersebut; d) aspek diri moral, yaitu terdiri dari nilai dan prinsip yang memberi arti serta arah bagi kehidupan seseorang.

Penelitian Cholily (2014) menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan resiliensi. Semakin tinggi konsep diri maka semakin tinggi pula resiliensi mahasiswa. Konsep diri memberikan sumbangan sebesar 45% terhadap resiliensi, sisanya 55% dipengaruhi oleh faktor lain. Ditemukan juga bahwa pada mahasiswa angkatan 2010, 2011, dan 2013 terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan resiliensi, namun pada mahasiswa angkatan 2012 tidak terdapat adanya hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan resiliensi.

Fleishman & Schoenberg (2011) menyatakan bahwa resiliensi individu dipengaruhi oleh konsep diri positif. Individu yang memiliki konsep diri tinggi akan lebih optimis, penuh percaya diri dan selalu bersikap positif terhadap segala sesuatu, juga terhadap kegagalan yang dialaminya. Individu juga mampu menghargai dirinya dan melihat hal-hal positif yang dapat dilakukan demi keberhasilan di masa yang akan datang. Namun, jika konsep diri individu rendah, individu akan meyakini dan memandang bahwa dirinya lemah, tidak kompeten, tidak disukai, kehilangan daya tarik terhadap hidup, pesimistik terhadap kehidupan dan kesempatan yang dihadapinya serta mudah menyerah (Rini dalam Nur & Ekasari, 2008).

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, dapat disimpulkan bahwa dengan meningkatkan konsep diri menjadi salah satu cara agar mahasiswa program kelas karyawan mampu meningkatkan kemampuan untuk mengatasi dan melalui kesulitan atau rintangan yang menerpa, sehingga peneliti merumuskan permasalahan dalam penelitian ini ialah apakah terdapat hubungan antara

konsep diri dengan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama program kelas karyawan?

Tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama program kelas karyawan. Manfaat dalam penelitian ini secara teoritis ialah memberikan kontribusi bagi perkembangan khasanah ilmu psikologi, khususnya psikologi klinis dan psikologi perkembangan, sedangkan manfaat secara praktis jika penelitian ini berhasil dilaksanakan ialah agar mahasiswa tahun pertama yang mengambil program kelas karyawan sedini mungkin meningkatkan konsep diri supaya mampu untuk mengatasi, mengendalikan, melalui rintangan serta kesulitan selama proses perkuliahan hingga lulus. Hipotesis dalam penelitian ini ialah ada hubungan positif antara konsep diri dengan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama program kelas karyawan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan variabel tergantung resiliensi dan variabel bebas adalah konsep diri. Pengumpulan data menggunakan skala konsep diri dan skala resiliensi. Subjek penelitian yang sesuai karakteristik penelitian sebanyak 38 orang. Analisis data yang digunakan adalah teknik korelasi *product moment* dan data di analisis dengan bantuan SPSS 22.0.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran umum mengenai subjek penelitian yaitu, berdasarkan hasil kategorisasi variabel resiliensi dapat diketahui bahwa 26,3% (10 subjek) dikategorisasikan tinggi, 68,38% (26 subjek) dikategorisasikan sedang, dan 5,26% (2 subjek) dikategorisasikan rendah. Berdasarkan hasil kategorisasi variabel konsep diri dapat diketahui bahwa 34,19% (13 subjek) dikategorisasikan tinggi, 63,12% (24 subjek) dikategorisasikan sedang, dan 2,63% (1 subjek) dikategorisasikan rendah.

Sebelum dilakukan uji hipotesis, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas terhadap sebaran data penelitian yang ada.

Uji Normalitas

Hasil uji normalitas untuk data variabel resiliensi pada mahasiswa tahun pertama program kelas karyawan diperoleh nilai KS-Z = 0,103 dengan $p = 0,200$ ($p > 0,05$), dan data variabel konsep diri diperoleh nilai KS-Z = 0,131 dengan $p = 0,96$ ($p > 0,05$), artinya data dari resiliensi dan konsep diri mempunyai sebaran data yang normal.

Uji Linieritas

Hasil uji linieritas variabel konsep diri dengan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama program kelas karyawan menunjukkan nilai $F = 57,876$ dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), artinya hubungan antara konsep diri dengan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama program kelas karyawan menunjukkan hubungan linier.

Hasil uji hipotesis penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara konsep diri dengan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama program kelas karyawan, koefisien korelasi (r_{xy}) = 0,611 dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$).

Pada penelitian ini, peneliti melakukan analisis tambahan yaitu analisis *independent sample t-test* untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan antara konsep diri subyek laki-laki dan perempuan serta resiliensi subyek laki-laki dan perempuan.

Sebelum melakukan analisis *independent sample t-test*, peneliti melakukan uji prasyarat yaitu uji normalitas dan uji homogenitas. Hasil uji *independent samples t-test* untuk data variabel resiliensi pada mahasiswa tahun pertama program kelas karyawan diperoleh $t = 1,796$ dengan $p = 0,081$ ($p > 0,05$), artinya tidak ada perbedaan yang signifikan antara resiliensi pada laki-laki dengan resiliensi pada perempuan. Pada variabel konsep diri diperoleh $t = 0,077$ dengan $p = 0,939$ (p

$> 0,05$), artinya tidak ada perbedaan yang signifikan antara konsep diri pada laki-laki dengan konsep diri pada perempuan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis yang menyatakan ada hubungan positif antara konsep diri dengan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama program kelas karyawan diterima, dari hasil analisis data diperoleh koefisien korelasi (r_{xy}) = 0,611 dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara konsep diri dengan resiliensi. Semakin tinggi konsep diri pada mahasiswa tahun pertama program kelas karyawan, maka semakin tinggi pula resiliensi mahasiswa, sebaliknya apabila semakin rendah konsep diri maka semakin rendah juga resiliensi pada mahasiswa tahun pertama program kelas karyawan. Koefisien determinasi diperoleh sebesar 0,373, yang berarti 37,3% resiliensi pada mahasiswa tahun pertama program kelas karyawan dipengaruhi oleh konsep diri.

Terdapatnya hubungan antara konsep diri dengan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama program kelas karyawan ini menunjukkan bahwa konsep diri menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat resiliensi mahasiswa tahun pertama program kelas karyawan. Hasil penelitian ini sejalan penelitian Amalia (2015) yang menyatakan bahwa konsep diri dengan segala aspek yang terkandung yang didalamnya (fisik, psikis, sosial, dan moral) memang memberikan kontribusi terhadap resiliensi individu. Konsep diri memiliki kontribusi yang positif terhadap resiliensi sehingga semakin positif konsep diri maka semakin tinggi resiliensi remaja tersebut, sebaliknya semakin negatif konsep diri maka semakin rendah resiliensi remaja tersebut, sehingga hal ini mencerminkan bahwa memiliki konsep diri menjadi salah satu cara untuk dapat meningkatkan daya resiliensi individu.

Seperti yang diungkapkan dalam penelitian Aprilia (2013) bahwa individu yang resilien akan mampu untuk bertahan dibawah tekanan atau kesedihan dan tidak menunjukkan

suasana hati yang negatif terus menerus. Apabila resiliensi dalam diri seseorang itu meningkat, maka akan mampu mengatasi masalah-masalah apapun, mampu untuk meningkatkan potensi-potensi diri, menjadi optimis, muncul keberanian, dan kematangan emosi. Berdasarkan hasil kategorisasi resiliensi pada mahasiswa tahun pertama program kelas karyawan menunjukkan bahwa 26,3% (10 subjek) pada kategori tinggi, 68,38% (26 subjek) kategori sedang, dan 5,26% (2 subjek) kategori rendah. Subyek penelitian paling banyak berada pada tingkat resiliensi sedang ke tinggi, yang dapat diartikan bahwa subyek tidak lepas dari resiliensi yang tentunya berpengaruh tinggi bagi kehidupannya.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa koefisien determinan (R^2) konsep diri dengan resiliensi sebesar 0,373 artinya sumbangan variabel konsep diri terhadap resiliensi sebesar 37,3 %. Hal ini memiliki arti bahwa terdapat 62,7 % faktor lain yang mempengaruhi yang berada di dalam faktor individual seperti kemampuan kognitif, harga diri, dan kompetensi sosial. Selain itu, terdapat faktor keluarga meliputi dukungan yang bersumber dari orang tua, yaitu bagaimana cara orang tua untuk memperlakukan dan melayani anak serta struktur keluarga juga berperan penting bagi individu. Faktor selanjutnya ialah faktor komunitas, yaitu keterlibatan dalam hubungan dan ekstrakurikuler kegiatan di luar rumah membantu berkembangnya resiliensi (Everall, dkk, 2006).

Dari hasil analisis tambahan, diperoleh data $t = 1,796$ dengan $p = 0,081$ ($p > 0,05$), artinya tidak ada perbedaan yang signifikan antara resiliensi pada laki-laki dengan resiliensi pada perempuan. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Azra & Nurwianti (2014) bahwa tidak terdapat perbedaan resiliensi pada partisipan ditinjau dari jenis kelamin. Sejalan pula dengan penelitian Purnomo (2014) bahwa jenis kelamin tidak mempengaruhi perbedaan resiliensi pada laki-laki dan perempuan. Hal ini karena jenis kelamin hanya merupakan pensifatan atau pembagian

dua jenis kelamin manusia yang ditentukan secara biologis melekat pada jenis kelamin tertentu dan berkaitan dengan ciri fisik dan alat reproduksi (Fakih dalam Purnomo, 2014). Pada variabel konsep diri diperoleh $t = 0,077$ dengan $p = 0,939$ ($p > 0,05$), artinya tidak ada perbedaan yang signifikan antara konsep diri laki-laki dan perempuan. Penelitian ini sejalan dengan Oktaviani & Budiarti (2013) bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara konsep diri pada remaja laki-laki dan perempuan. Hal ini karena berdasarkan penelitian Williams & Best (dalam Oktaviani & Budiarti, 2013), di negara berkembang terjadi peningkatan kesetaraan antara laki-laki dan perempuan.

SIMPULAN

Kesimpulan dari hasil penelitian ini ialah terdapat hubungan positif yang signifikan antara konsep diri dengan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama program kelas karyawan. Tingkat konsep diri dan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama program kelas karyawan secara umum berada pada kategori sedang ke tinggi. Sumbangan konsep diri terhadap resiliensi sebesar 37,3 %, hal ini memiliki arti bahwa terdapat 62,7 % faktor lain dapat mempengaruhi seperti kemampuan kognitif individu, harga diri, kompetensi sosial yang dimiliki individu, faktor keluarga, dan faktor komunitas.

Hasil analisis tambahan pada variabel konsep diri dan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama program kelas karyawan dapat diketahui bahwa ditinjau dari jenis kelamin, tidak ditemukan adanya perbedaan yang signifikan.

Saran yang dapat diberikan berdasarkan hasil penelitian ialah bagi mahasiswa tahun pertama program kelas karyawan yang sudah memiliki konsep diri dan resiliensi pada kategori sedang ke tinggi tetap dipertahankan dengan berusaha selalu meyakini diri sendiri bahwa akan mampu melewati dan menghadapi rintangan kuliah dan bekerja, serta mengingat perjuangan dan pengorbanan materi maupun non materi yang

sudah dilakukan untuk mengikuti perkuliahan setelah bekerja, sehingga dengan demikian tidak akan mudah untuk berhenti berjuang sebelum lulus.

Bagi mahasiswa tahun pertama program kelas karyawan yang memiliki konsep diri dan resiliensi yang masih rendah disarankan sejak dini menyiapkan diri untuk menghadapi tantangan dan kesulitan di semester-semester selanjutnya yang tentunya akan lebih sulit, sehingga dari sekarang harus meningkatkan gambaran diri atau lebih memandang dirinya ke arah positif agar memiliki keyakinan dan kemampuan untuk dapat mengatasi, mengendalikan, melalui, dan bangkit kembali dari rintangan atau kesulitan kuliah sambil bekerja.

Bagi peneliti yang akan menggunakan penelitian ini sebagai acuan diharapkan

memperbanyak subyek penelitian, bukan hanya pada mahasiswa tahun pertama salah satu jurusan saja melainkan pada seluruh mahasiswa tahun pertama di kampus agar generalisasi hasil penelitian tidak hanya sebatas pada subyek penelitian saja tetapi dapat diperluas lagi. Disarankan bisa juga menjadikan mahasiswa semester 5-6 sebagai subyek penelitian karena pada semester ini lebih banyak praktik dan tugas kuliah sehingga dapat melihat kemampuan untuk bertahan dan bangkit dalam kesulitan lebih tampak. Bagi peneliti yang akan meneliti variabel yang sama disarankan untuk memilih faktor lain yang dapat mempengaruhi resiliensi seperti kemampuan kognitif individu, harga diri, kompetensi sosial yang dimiliki individu, faktor keluarga, dan faktor komunitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiani, H. (2009). *Psikologi Perkembangan (Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri Pada Remaja)*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Aisyah, S., Yuwono, S., & Zuhri, S. (2015). Hubungan Antara Self-Esteem Dengan Optimisme Masa Depan Pada Siswa Santri Program Tahfidz Di Pondok Pesantren Al-Muayyad Surakarta Dan Ibnu Abbas Klaten. *Jurnal Indigenous*, 13(2), 1-8. ISSN: 0854-2880.
- Amalia, F.N. (2015). Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Resiliensi Remaja Pada Keluarga Orang Tua Tunggal. *Skripsi*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Amelia, S., Asni, E., & Chairilisyah, D. (2014). Gambaran Ketangguhan Diri (Resiliensi) Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau. *Jurnal Jom FK*, 1(2), 1-9.
- Aprilia, W. (2013). Resiliensi dan Dukungan Sosial Pada Orang Tua Tunggal (Studi Kasus Pada Ibu Tunggal Di Samarinda). *eJurnal Psikologi*, 1(3), 268-279.
- Azra, M.V., & Nurwianti, F. (2014). Hubungan antara Parentification dan Resiliensi pada Remaja dengan Status Ekonomi Sosial (SES) Rendah. *Naskah Publikasi*. Depok: Universitas Indonesia.
- Azwar, S. (2014). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- _____. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- _____. (2010). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azzahra, F. (2016). Pengaruh Resiliensi Terhadap Distres Psikologis Mahasiswa. *Skripsi*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Berzonsky, M.D. (1981). *Adolescent Development*. New York: Mc. Millan Publishing Co, Inc.

- Bonanno, G.A., & Galea, S. (2007). What Predicts Psychological Resilience After Disaster? The Role of Demographics, Resources, and Life Stress. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 75* (5), 671-682.
- Cholily, A.H. (2014). Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Resiliensi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2010-2013 Universitas Islam Negeri Malang. *Skripsi*. Malang: Universitas Islam Negeri Malang.
- Desmita. (2014). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Ekasari, A., & Andriyani, Z. (2013). Pengaruh Peer Group Support Dan Self-Esteem Terhadap Resilience Pada Siswa Sman Tambun Utara Bekasi. *Jurnal Soul, 6*(1), 1-20.
- Everall, R. D., Altrows, K. J., & Paulson, B. L. (2006). Creating a future: A study of resilience in suicidal female adolescents. *Journal of Counseling & Development, 84*. 461- 470.
- Fatimah, S.N. (2012). Dinamika Konsep Diri Pada Orang Dewasa Korban Child Abused. *Jurnal Emphaty, 1*(1), 132-143.
- Fauziah, N. (2014). Empati, Persahabatan, Dan Kecerdasan Adversitas. *Jurnal Psikologi Undip, 13* (1), 78-92.
- Fleshman, P., & Schoenberg, J. (2011). The Resiliensi Factor : A key to Leadership in African American and Hispanic Gilrs. *A Discussion Paper From The Girls Scout Research Institute*, 1-17. New York: The Girl Scout Research Institute.
- Fortman, T.L. (2006). The Effects of Body Image on Self-Efficacy, Self Esteem, and Academic Achievement. *Thesis*. The Ohio State University.
- Gunarsa, S.D., & Gunarsa, Y. (2008). *Psikologi Praktis : Anak, Remaja, dan Keluarga*. Jakarta : Gunung Mulia.
- Hurlock, E.B. (2010). *Perkembangan Anak*. Alih bahasa: dr. Med.Meitasari Tjandrarasa. Edisi Keenam: Jilid 2. Jakarta: Erlangga.
- _____.(1990). *Psikologi Perkembangan*. Edisi Kelima. Jakarta:Erlangga
- Ifdil & Taufik. (2012). Urgensi Peningkatan dan Pengembangan Resiliensi Siswa di Sumatera Barat. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan, 7* (2). 115-121.
- Mahmudinata, A.A. (2014). Studi Komparasi Self Control Siswa Yang Memiliki Kecerdasan Spiritual Tinggi Dan Rendah Di Kelas Xii SMAN I Kota Kediri Tahun Pelajaran 2013/2014. *Jurnal Didaktika Religia, 2* (2). 95-118.
- Nugraha, J.A. (2010). Pengaruh Kepuasan Citra Tubuh Terhadap Kepercayaan Diri Orang Yang Mengikuti Fitness Center. *Skripsi*. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Nur, I.F., & Ekasari, A. (2008). Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kecerdasan Emosional Pada Remaja. *Jurnal Soul, 1*(2), 16-31.
- Oktaviani, A.E., & Budiarti, A. (2013). Perbedaan Konsep Diri Antara Remaja Laki-Laki Dan Perempuan Pada Masa Pubertas. *Naskah Publikasi*. Pekalongan: STIKES Muhammadiyah Pekajangan.
- Rinaldi. (2010). Resiliensi Pada Masyarakat Kota Padang Ditinjau Dari Jenis Kelamin. *Jurnal Psikologi, 3* (2), 99-105.

- Reivich, K., & Shatte, A. (2003). *The resilience factor; 7 Keys to Finding Your Inner Strength and Overcoming Life's Hurdles*. New York: Broadway Books.
- Republik Indonesia .(2003). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional. Jakarta: Sekretaris Negera Republik Indonesia.
- Rohayati, I. (2014). Usaha Sekolah Untuk Mengembangkan Rasa Percaya Diri Siswa di SD Muhammadiyah Karangbendo Banguntapan Bantul. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.
- Purnomo, N.A.S. (2014). Resiliensi Pada Pasien Stroke Ringan Ditinjau Dari Jenis Kelamin. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 2 (2), 241-262.
- Rusli, R. (2016). Hubungan Resiliensi Dengan Stres Kerja Pada Karyawan Perusahaan Telekomunikasi Di Kota Makassar. *Ecopsy Jurnal*, 2(2).
- Setiawan, A.,& Pratitis, N.T. (2015). Religiusitas, Dukungan Sosial, dan Resiliensi Korban Lumpur Lapindo Sidoarjo. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 4 (2), 131-144.
- Sugiyono. (2014). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Bandung : Alfabeta.
- Uyun, Z. (2012). Resiliensi Pada Pendidikan Karakter. Prosiding Seminar Nasional Psikologi Islami. 200-208. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- www.blog.mercubuana-yogya.ac.id diakses tanggal 20 Maret 2016