

Hubungan Problem Focused Coping dan Academic Resilience pada Siswa SMK Plus NU Sidoarjo

Handy Wiranto

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Handywiranto30@gmail.com

Abstract

This research was conducted based on the phenomenon of students in the inability to bounce back after facing problems at school. Academic resilience is the ability to quickly recover from changes, challenges, and difficulties in finding solutions. This study aims to determine the relationship between problem focused coping and academic resilience in students at SMK Plus Nu Sidoarjo. This study uses a correlational quantitative design. The number of subjects in this study were 81 students who were selected using simple random sampling technique. The measuring instruments used are the problem focused coping scale and the academic resilience scale which the researchers compiled themselves. The reliability coefficient of the problem focused coping scale is 0.841, and the reliability coefficient of the academic resilience scale is 0.873. Based on the results of the Spearman Rho correlation coefficient analysis, the correlation coefficient value (R) was 0.544 with a p significance of 0.000 ($p < 0.05$). Thus, the hypothesis is accepted. That is, the higher the problem focused coping, the higher the academic resilience, and vice versa, the lower the problem focused coping, the lower the academic resilience.

Keywords : Problem Focused Coping, Academic Resilience, academic problems.

Abstrak

Penelitian ini dilakukan berdasarkan fenomena siswa dalam ketidakmampuan untuk kembali bangkit setelah menghadapi masalah di sekolah. *Academic resilience* adalah kemampuan untuk cepat pulih dari perubahan, tantangan, dan kesulitan dalam mencari penyelesaian. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *problem focused coping* dengan *academic resilience* pada siswa di SMK Plus Nu Sidoarjo. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional. Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah 81 siswa yang dipilih menggunakan teknik *simple random sampling*. Data penelitian diperoleh dengan menyebarkan angket kepada siswa. Koefisien reliabilitas dan skala *problem focused coping* 0,841, dan koefisien reliabilitas skala *academic resilience* 0,873. Hasil analisis menunjukkan nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,544 dengan p signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *problem focused coping* dan *academic resilience*. Selanjutnya, ini dapat di definisikan bahwa semakin tinggi *problem focused coping* maka semakin tinggi *academic resilience*, begitu pula sebaliknya semakin rendah *problem focused coping* maka semakin rendah *academic resilience*.

Kata Kunci : Problem focused coping, academic resilience, permasalahan akademik.

Pendahuluan

Beberapa tahun terakhir ini Indonesia mengalami gelombang pandemi Covid-19. Membuat pemerintah mengambil langkah kebijakan yang ketat untuk menyelamatkan seluruh rakyat dari bahaya penularan dan mengatasi pandemi Covid-19. Perubahan kebijakan yang darurat secara menyeluruh mengakibatkan sektor pendidikan Indonesia mengalami perubahan peraturan dalam kegiatan belajar mengajar di sekolah.

Pendidikan adalah usaha yang nyata dan tercatat untuk memberikan suasana belajar yang tenang dan kegiatan proses belajar siswa dengan aktif mengembangkan kemampuan potensi didalam dirinya untuk memiliki kekuatan yang baik dalam bentuk spiritual, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan intelektual, bersikap akhlak mulia, keterampilan yang dikembangkan dalam masyarakat, bangsa, dan negara. Fungsi tujuan pendidikan dalam pembelajaran sebagai gambaran ideal dengan kemampuan yang sarat dengan nilai-nilai baik, luhur, pantas, benar, dan indah bagi kehidupan akademik disekolah. Pendidikan juga diartikan sebagai tempat siswa belajar dan mengolah bakat-minatnya secara maksimal yang ada dalam diri setiap individu agar menjadikan suatu yang bermanfaat dan aktif untuk masa depannya.

Sekolah mempunyai peran yang sangat penting dan sangat bermanfaat untuk memberikan hasil dalam tujuan kompetensi siswa. Jika dilihat dari pandangan perkembangan, sekolah memberikan kontribusi yang sangat penting dalam perkembangan siswa dilingkungan akademik, akan tetapi dilain sekolah juga memberikan sistem yang mengandung berbagai macam tantangan dihadapi oleh setiap siswa untuk menyelesaikan persoalan.

Pembelajaran adalah usaha dalam memaksimalkan diri dalam perkembangan kompetensi kognitif ketika belajar sehingga memperoleh ilmu bermanfaat, siswa disekolah menemukan berbagai macam tugas didalam mata pelajaran saat dikelas ataupun juga tugas yang diberikan untuk dikerjakan dirumah, baik dikerjakan dalam bentuk lembaran soal atau uraian maupun kegiatan prakarya untuk meningkatkan kreativitas dan minat bakat siswa. Tidak bisa siswa menghindari setiap permasalahan yang ada dalam tugas perkembangannya dalam pembelajaran, akan tetapi siswa harus mampu menghadapi dengan bijaksana setiap permasalahan yang akan terjadi sebagai bentuk penyelesaian tanggung jawab diri sendiri.

Permasalahan siswa memberikan dampak negatif dan positif dalam keterpengaruhan bagi diri sendiri jika diselesaikan dengan baik dan terukur sesuai individu masing-masing, maka individu membutuhkan untuk mengatasinya dengan resiliensi juga baik. Lazarus (1993, dalam Tugade dan Fredricson, 2004) mendefinisikan resiliensi sebagai koping efektif dan adaptasi positif terhadap kesulitan dan tekanan yang dihadapi siswa. Saat siswa menghadapi tekanan dalam permasalahan disitu juga ada kemudahan dan cara untuk bisa menyelesaikan dengan tangguh dan bangkit dari berbagai persoalan yang

terjadi dengan memberikan diri sendiri kesempatan untuk melangkah dan menyelesaikannya.

Permasalahan yang dialami setiap siswa berada dalam lingkungan pendidikan maka resiliensi yang digunakan adalah resiliensi akademik juga, merupakan resiliensi dalam proses belajar, yakni sebuah proses dinamis yang menggambarkan suatu kekuatan dan ketangguhan seseorang untuk bangkit dari pengalaman emosional negatif, saat menghadapi situasi sulit yang menekan atau mengandung hambatan signifikan dalam aktifitas belajar yang dilakukan. Disisi lain siswa mampu menjalankan dikehidupan sehari-hari agar memperoleh hasil yang baik dan bermanfaat bagi individu dan juga bagi orang lain disekitarnya.

Berbagai macam persoalan yang muncul dan tuntutan disekolah yang diperoleh memberikan setiap individu memiliki perbedaan satu dengan yang lain dalam keharusannya untuk membangun strategi penyelesaian masalah yang maksimal dan terencana. Dalam perbedaan mengolah antara perbaikan dalam proses untuk mengatur strategi dan penyelesaian masalah yang juga berbeda disetiap individu. Strategi yang dimaksud untuk menyelesaikan masalah disebut juga dengan *coping* atau *coping strategy*.

Coping adalah metode untuk mengelola situasi atau kondisi individu yang mengalami tekanan yang menekan (Morris, Brooks, dan May, 2003). Secara lebih mendalam, *coping* adalah perbuatan yang langsung baik dari segi perbuatan tingkah laku siswa, maupun dari segi kognitif untuk menhandel, berkombinasi, atau memperkecil dampak suatu peristiwa yang berat. (dalam O'Connor dan O'Connor, 2003; Struthers, Perry, Menec, Schonwetter, Hechter, Winberg, dan Hunter, 1995; Yi, Smith, dan Vitaliano, 2005)

Coping strategy dibagi menjadi dua jenis *coping*, yaitu *problem focused coping*, yaitu fokus coping pada permasalahan untuk menghadapi masalah secara langsung melalui perbuatan yang ditujukan untuk menghilangkan atau mengubah sumber-sumber stres, dan *emotional focused coping*, yaitu fokus coping pada kondisi emosi untuk strategi memperkecil emosi individu yang ditimbulkan oleh pengaruh stressor, tanpa melakukan untuk merubah suatu situasi yang menjadi pengaruh yang berasal dari stres secara langsung saat itu juga (dalam Folkman dan Lazarus, 1980).

Siswa yang mengalami situasi stres berdampak dalam penyesuaian diri dengan melakukan cara mencari celah jalan keluar untuk mengatasi berbagai perasaan yang mengganggu. Respon siswa ketika stres bergantung bagaimana cara siswa dalam melihat dan mengintropeksi diri dari dampak stressor, dukungan ketika siswa mengalami stres, serta stretegi koping yang diterapkan dalam menghadapi stres yang terjadi. Suatu perbuatan yang lakukan setiap siswa baik secara mental maupun perilaku untuk mengatasi persoalan, mengendalikan masalah yang terjadi, meredakan stres dan mencari bantuan dalam bentuk sosial disebut juga dengan nama strategi koping (dalam Khansanah, Wuryanto, dan Hidayati, 2014). Hal ini akan berdampak baik ketika individu dapat mengelola permasalahan yang dihadapi dengan baik pula, sebaliknya berdampak buruk

bagi individu apabila menumpuk masalah dan membiarkan yang dihadapi atau menghindar tanpa adanya penyelesaian.

Resiliensi akademik adalah kemampuan dalam pola belajar untuk membantu menyelesaikan berbagai persoalan disekolah yang mana pembelajaran akan menyesuaikan dan berusaha bangkit dari keadaan situasi dalam kondisi yang menekan, hambatan dalam menjalankan, dan tantangan dalam memahami mata pelajaran sehingga dengan demikian individu bisa melakukan tugas disekolah dengan baik dan optimal dalam mengerjakan tugas-tugas. Setiap tantangan ada rintangan harus ditempuh untuk mampu mengalahkan ketakutan agar bisa maksimal menyelesaikan, dan terus melihat kesempatan kedepan untuk terus berjuang demi bangkit meraih kesuksesan dalam tujuan belajar disekolah (dalam Mufidah, A. C., 2017; Hendriani, W., & Si, M., 2018; Chasanah, D. U. 2019).

Dalam Cassidy (2016) resiliensi akademik adalah kemampuan siswa dalam memberikan hasil maksimal sebagai usaha mewujudkan keberhasilan atau meraih cita-cita dalam bidang pendidikan meskipun mengalami berbagai macam tantangan yang dianggap sulit untuk menyelesaikannya dengan baik. Sehingga siswa berusaha dalam menyelesaikan kesulitan untuk memberikan hasil yang akan didapatkan setelah menggunakan kemampuan dengan optimal.

Adapun faktor-faktor yang menurut Masten dan Coatswort (Davin, 1999) mengemukakan bahwa individu mampu mencapai tingkatan resiliensi akademik yang baik didalam diri individu diantaranya sebagai berikut :

1. Faktor yang terjadi dari Individu,
2. Faktor yang terjadi dari Keluarga, dan
3. Faktor yang terjadi dari Komunitas/ Masyarakat Sekitar

Berdasarkan uraian di atas diketahui bahwa resiliensi akademik adalah individu yang bisa membentuk resiliensi akademik dengan baik sehingga semua permasalahan bisa diselesaikan dengan cara yang terukur dan berdampak dalam kesuksesan dan keberhasilan dalam dunia pendidikan diranah akademik disekolah.

Problem focused coping adalah bentuk melakukan dengan hasil yang baik suatu persoalan masalah atau bertindak untuk mengganti pengaruh yang ada dari munculnya sumber stres. Siswa yang melakukan *problem focused coping* dengan baik maka memperoleh dampak yang positif dalam mengubah yang berpengaruh dari permasalahan dari sumber stres yang dihadapi (dalam Carver, dkk, 1985).

Safarino (Roosdianto, 2007) menjelaskan mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi *problem focused coping*, antara lain :

1. Usia
2. Pendidikan
3. Jenis Kelamin
4. Status Sosial dan Ekonomi

Berdasarkan pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa *problem focused coping* adalah strategi mengurangi stres yang digunakan individu ketika sedang menghadapi masalah dan mencari alternatif penyelesaiannya serta menghadapi situasi yang merugikan atau mengancam dengan menggunakan usaha konstruktif yaitu mengembangkan kemampuan maupun mempelajari keterampilan baru.

Metodologi

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis metode non parametrik korelasional. Populasi penelitian adalah siswa SMK Plus NU Sidoarjo sebanyak 411 orang siswa. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 81 siswa. Penarikan sampel menggunakan teknik *probability sampling*. Penelitian ini menggunakan Instrumen yang dipakai adalah Skala Likert. Analisis data dibantu dengan menggunakan program SPSS. Hasil uji reliabilitas instrumen Academic Resilience sebesar 0,873, dan Problem Focused Coping sebesar 0,841. Data penelitian dianalisis menggunakan korelasi spearman rho sebesar 0,544.

Hasil

Data penelitian ini meliputi variabel *Problem Focused Coping* (X), dan *Academic Resilience* (Y). Dibawah ini adalah hasil dari pengolahan data penelitian yang sudah dianalisis sebelumnya, sebagai berikut :

1. *Problem Focused Coping* (X)

Hasil dalam uji reliabilitas skala *problem focused coping* yang didapatkan dari nilai koefisien *cronbach's alpha* adalah sebesar 0,841 yang mengindikasikan bahwa *problem focused coping* bernilai diatas standar yaitu reliabel.

Tabel 3.8
Uji Reliabilitas Problem Focused Coping (X)

Cronbach's Alpha	N of Items
0,841	14

Berdasarkan pada *output* perhitungan program SPSS 16 IBM for windows uji reliabilitas diatas pada tabel *cronbach's alpha* menunjukkan angka 0,841 yang artinya skala *problem focused coping* reliabel.

2. Academic Resilience (Y)

Hasil uji reliabilitas skala *academic resilience* yang diperoleh dari Koefisien Cronbach's Alpha sebesar 0,873 yang menunjukkan bahwa *academic resilience* reliabel.

Tabel 3.5
Uji Reliabilitas Skala Academic Resilience (Y)

Cronbach's Alpha	N of Items
0,873	11

Berdasarkan pada *output* perhitungan program SPSS 16 IBM for windows uji reliabilitas diatas pada tabel *cronbach's alpha* menunjukkan angka 0,873 yang artinya skala *academic resilience* reliabel.

3. Uji Korelasi Spearman Rho

Uji hipotesis menggunakan Spearman's rho pada penelitian ini yaitu untuk mengukur ada tidaknya hubungan *Problem Focused Coping* dengan *Academic Resilience* pada Siswa SMK Plus NU Sidoarjo. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan *uji non-parametric* adapun hasil yang diperoleh dalam perhitungan menggunakan program SPSS dari analisis data penelitian ini sebagai berikut :

Tabel 3.9
Uji Korelasi

		Academic Resilience	Problem Focused Coping
Academic Resilience	<i>Correlation Coefficient</i>	1,000	0,544
	Sig. (2 – tailed)		0,000
	N	81	81
Problem Focused Coping	<i>Correlation Coefficient</i>	0,544	1,000
	Sig. (2 – tailed)	0,000	
	N	81	81

Signifikansi dalam korelasi penelitian yang telah dilakukan ini didapatkan nilai 0,000 yaitu $p < 0,05$ maka dapat disimpulkan adalah uji korelasi diterima. Hal ini berarti bahwa adanya hubungan atau korelasi positif sangat signifikan antara *Problem Focused Coping* dan *Academic Resilience* pada Siswa SMK Plus NU Sidoarjo. Korelasi yang menunjukkan arah positif merupakan suatu hubungan ketika suatu variabel X yang meningkat maka variabel Y juga akan meningkat, begitupun sebaliknya jika variabel X rendah maka variabel Y ikut mengalami penurunan. Artinya bahwa ketika *problem focused coping* meningkat maka *academic resilience* meningkat begitupun ketika *problem focused coping* menurun maka *academic resilience* menurun.

4. Mean Hipotetik dan Mean Empirik

Hasil Skor mean hipotetik adalah nilai mean yang diperoleh dan standart deviasi yang diperoleh sebelum dari hasil penelitian, sedangkan skor mean empirik merupakan skor yang diperoleh berdasarkan hasil penelitian di lapangan yang sudah dilakukan. Adapun skor mean hipotetik dan skor mean empirik dalam penelitian ini diperoleh dalam tabel dibawah ini :

Tabel 4.1
Mean Hipotetik dan Empirik

Variabel	Hipotetik			Empirik		
	Max	Min	Mean	Max	Min	Mean
Academic Resilience	98	39	60.48	47	11	23.54
Problem Focused Coping	79	25	51.43	59	15	35.30

Tabel Penelitian di atas menghasilkan nilai data yang diperoleh dan dapat di jelaskan dibawah ini yaitu, sebagai berikut :

- a. Pada penelitian ini, skala *Academic Resilience* yang digunakan merupakan skala buatan peneliti sendiri yang berdasarkan aspek dan indikator *Academic Resilience Cassidy* (2016). Skala terdiri dari 11 aitem valid dengan skala likert rentang skor 1 – 5. Setelah data tersebut diolah memperoleh hasil mean hipotetik yaitu skor skala tertinggi 98 dan terendah adalah 39 dengan *mean* hipotetik dengan nilai 60.48. Berdasarkan hasil diatas maka skor empirik yang diperoleh yaitu skor maksimal adalah 47 dan minimal 11 dengan *mean* empirik bernilai $23.54 < 60.48$. Dalam artian bahwa *Academic Resilience* pada Siswa SMK Plus NU Sidoarjo memiliki tingkat *Academic Resilience* yang rendah.
- b. Pada penelitian ini, skala *Problem Focused Coping* yang digunakan merupakan skala buatan peneliti sendiri yang berdasarkan aspek dan indikator *Problem Focused Coping Carver* (2018). Skala yang terdiri dari 14 aitem valid dengan skala likert rentang skor 1 – 5. Setelah data tersebut diolah diperoleh hasil yaitu mean hipotetik dengan skor tertinggi pada *Problem Focused Coping* adalah 79 dan terendah yaitu 25 dengan mean hipotetik dengan nilai 51.43. Berdasarkan hasil ini maka skor empirik yang didapat adalah skor maksimal diperoleh yaitu 59 dan minimal 15 dengan *mean* empirik bernilai 35.30. Berdasarkan hasil diatas jika dibandingkan antara mean hipotetik dan empirik diantara variabel *problem focused coping* dan *academic resilience* maka mean empirik didapatkan $35.30 < 51.43$. Dalam artian bahwa *Problem Focused Coping* pada Siswa SMK Plus NU Sidoarjo memiliki tingkat *Problem Focused Coping* yang rendah.

Pembahasan

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penelitian ini dengan pengolahan analisis statistik yang dilakukan dalam menggunakan teknik Spearman Rho maka didapatkan hasil akhir yaitu adanya hubungan yang signifikan antara *Problem Focused Coping* dengan *Academic Resilience* pada Siswa SMK Plus NU Sidoarjo. Sehingga dengan nilai yang semakin tinggi terhadap *Problem Focused Coping* maka semakin tinggi juga *Academic Resilience* pada Siswa yang sedang menjalankan pendidikan disekolah. Hal ini dapat dilihat berdasarkan nilai r_{xy} yang diperoleh senilai 0,544 dengan nilai p signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa *problem focused coping* berkaitan erat dengan *academic resilience* pada siswa dan hubungan kedua variabel dapat diterima. Jika siswa memiliki tingkat *problem focused coping* yang baik dan bagus, maka siswa tersebut akan mampu menghadapi dan mengatasi segala kesulitan didalam pembelajaran disekolah. Namun sebaliknya, apabila *problem focused coping* rendah dan buruk, maka *academic resilience* juga mengalami penurunan yang sangat tidak baik terhadap siswa selama belajar. Dengan demikian, pada siswa yang dapat meningkatkan *academic resilience*-nya dengan menyelesaikan persoalan yang ada dengan baik dan benar siswa akan mampu menghadapi kesulitan selama proses belajar disekolah.

Penjelasan *problem focused coping* tersebut menurut Carver, dkk (1985) adalah menyelesaikan masalah atau melakukan sesuatu untuk mengubah sumber stres. Hal ini sejalan dengan indikator menurut Carver (1985) terdiri dari 5 jenis yang mengemukakan sebagai berikut : 1. Kegiatan aktif untuk menghindari sumber stres (siswa dapat mengerjakan tugas sekolah dengan baik meskipun kegiatan padat), 2. Merencanakan strategi mengenai langkah yang diambil (siswa mampu menyusun jadwal prioritas untuk dikerjakan), 3. Menekankan aktivitas pada penyelesaian masalah (siswa menyelesaikan tugas dengan tanggap yang diberikannya guru), 4. Menunggu saat yang tepat untuk bertindak (siswa beristirahat sejenak ketika lelah sebelum melanjutkan belajarnya), 5. Upaya mencari saran, bantuan, dan informasi (siswa bertanya kepada guru ketika sulit memahami pelajaran)

Hal ini dikuatkan dengan beberapa ahli menurut Saraf (Amartiwi, 2008) yang mendefinisikan *problem focused coping* sebagai perilaku yang bertujuan untuk mengurangi tuntutan dari situasi penuh stres atau mengembangkan kemampuan untuk menghadapi stres.

Adapun *Academic resilience* merupakan bentuk kemampuan dan usaha setiap siswa untuk memecahkan persoalan disetiap masalah dalam dunia pendidikan secara akademik walaupun mengalami banyak tantangan dan rintangan di dalamnya yang membuat siswa berat untuk menghadapi dengan berbagai dampak yang bisa terjadi seperti merugikan, kegagalan, ataupun menghalangi siswa dalam proses pencapaian keberhasilan yang

diinginkan. Dalam Cassidy (2016) resiliensi akademik adalah kemampuan siswa dalam memberikan hasil maksimal sebagai usaha mewujudkan keberhasilan atau meraih cita-cita dalam bidang pendidikan meskipun mengalami berbagai macam tantangan yang dianggap sulit untuk menyelesaikannya dengan baik. Sejalan dengan indikator yang mendukung menurut Cassidy (2016) mengemukakan antara lain : 1. Menerima masukan guru dan menjalankan perintah guru (siswa mendengarkan dan menjalankan nasehat yang diberikan oleh guru), 2. Mencari solusi untuk berani mengambil resiko sebagai tantangan, dan mencari bantuan/ saran (siswa menambah waktu belajar diluar sekolah dengan bimbingan dan bertanya ketika kurang dalam memahami pelajaran), 3. Menyerah dalam kondisi yang tertekan dan menghindari respon emosional yang negatif (siswa tidak mudah putus asa dalam belajar dan menumbuhkan emosi yang positif dalam belajar)

Berdasarkan penjelasan di atas mengenai *problem focused coping* dan *academic resilience* dapat disimpulkan bahwa ketika siswa mampu dan mengerjakan semua hal tersebut, jika siswa yang memiliki *problem focused coping* yang baik, maka Siswa akan mampu meningkatkan *academic resilience*, dan juga Siswa yang *problem focused coping* yang mendukung dengan kemampuan dirinya dalam mengatasi berbagai masalah dalam proses belajar disekolah maka siswa tersebut juga mampu dan mudah menyelesaikan persoalan dalam menghadapi kesulitannya dalam belajar.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian diatas memberikan kesimpulan yaitu ada hubungan yang kuat antara dua variabel yaitu *problem focused coping* dan *academic resilience* dengan nilai akhir (r) = 0,544 dan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Jadi bisa disimpulkan yaitu semakin tinggi *problem focused coping* maka akan semakin tinggi juga *academic resilience* pada Siswa SMK Plus NU Sidoarjo. Sebaliknya juga, semakin rendah dalam mengatasi *problem focused coping* maka akan semakin rendah juga tingkat keaktifan dalam *academic resilience* pada Siswa SMK Plus NU Sidoarjo.

Saran

Penelitian yang telah memberikan bukti dalam hasil ini, peneliti ingin memberikan dan menyampaikan saran yang diharapkan dapat menjadi masukan yang bermanfaat dan dukungan untuk kedepannya agar lebih baik lagi dari penelitian ini, antara lain sebagai berikut :

1. Saran kepada Siswa

Siswa berusaha dalam mempertahankan *problem focused coping* yang baik ketika menghadapi suatu masalah yang diperoleh. Menghasilkan *problem focused coping* yang baik siswa dapat menjalankan dengan usaha mendapatkan bantuan informasi dari orang lain terkait penyelesaian masalah, teguh pada pendirian diri sendiri dan mempertahankan

solusi yang terbaik, memperbaiki situasi dan berani mengambil resiko yang dihadapi secara langsung, dan menyusun prioritas penyelesaian rencana dalam pemecahan masalah.

2. Saran kepada Peneliti Selanjutnya

Hasil dari penelitian ini bisa menjadi salah satu sumber dalam penelitian selanjutnya, dan dapat meneliti berbagai macam faktor yang ada untuk menyumbang karya ilmiah yang baru dalam *academic resilience*. Peneliti selanjutnya bisa memperoleh subjek penelitian yang lebih luas lagi di beberapa lembaga pendidikan agar didapatkan data penelitian yang dapat dipakai secara luas dan bermanfaat di bidang akademik.

Referensi

- Afriyeni, N., Rahayuningsih, T., & Erwin, E. (2021). Resiliensi Akademik dengan Kepuasan Belajar Online pada Mahasiswa. *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*, 5(1), 74-82.
- Anghel, R. E. (2015). Psychological and educational resilience in high vs. low-risk Romanian adolescents. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 203, 153-157.
- Asfa, M. N. (2020). *Hubungan kesabaran dengan resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi (Doctoral dissertation, Universitas Islam Riau)*.
- Asfia, D. (2017). *Hubungan antara religiusitas dan problem focused coping dengan subjective well-being pada santri di Pondok Pesantren Putri Sabilurrosyad Gasek Malang (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim)*.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: a theoretically based approach. *Journal of personality and social psychology*, 56(2), 267.
- Cassidy, S., Mawdsley, A., Langran, C., Hughes, L., & Willis, S. C. (2022). A large-scale multicentre study of academic resilience and wellbeing in pharmacy education. *American journal of pharmaceutical education*.
- Hardi Simorangkir, F. D., Simarmata, S. W., & Sembiring, M. (2022). Hubungan konsep diri dengan resiliensi akademik siswa di SMP Taman Binjai tahun ajaran 2021/2022. *Jurnal Serunai Bimbingan dan Konseling*, Vol 11, 12-18.
- Harsiwi, E. D., & Kristiana, I. F. (2017). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan problem focused coping pada perawat icu di rumah sakit tipe c wilayah semarang dan pati. *Jurnal Empati*, 6(1), 139-144.
- Jowkar, B., Kojuri, J., Kohoulat, N., & Hayat, A. A. (2014). Academic resilience in education: the role of achievement goal orientations. *Journal of advances in medical education & professionalism*, 2(1), 33.
- Julianti, R. (2021). *Hubungan Antara Optimisme Dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Islam Riau (Doctoral dissertation, Universitas Islam Riau)*.
- Larashati, M. A. P., & Rustika, I. M. (2017). Peran pola asuh autoritatif dan kecerdasan emosional terhadap problem focused coping pada remaja akhir di program studi pendidikan dokter FK Unud. *Jurnal Psikologi Udayana*, 4(1), 139-150.

- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer publishing company.
- Lubis, I. A. (2017). Gambaran resiliensi akademik pada First Generation College Students (FGCS) di fakultas psikologi USU.
- Maradona, Y. D. Hubungan Antara Locus Of Control Internal Dengan Kecenderungan Melakukan Problem Focused Coping Pada Remaja.
- Maria, H. (2017). *Pengaruh determinasi diri dan dukungan sosial terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa jurusan pendidikan dokter di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Meiranti, E., & Sutoyo, A. (2020). Hubungan antara kecerdasan spiritual dengan resiliensi akademik siswa SMK di Semarang Utara. *Indonesian Journal of Counseling and Development*, 2(2), 119-130.
- Nuzuliya, K. (2021). *Pengaruh optimisme terhadap resiliensi akademik siswa selama masa pandemi covid-19 di SMAN 1 Trenggalek* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Oktariani, M., Dahlan, D., & Waspada, I. (2020). Self-Regulated Learning dan resiliensi akademik sebagai determinasi kemampuan berpikir kreatif. *Jurnal Ekonomi Pendidikan dan Kewirausahaan*, Vol 8, h 5-16. doi:10.26740/jepk.v8n1.p5-16 .
- Pitaloka, L. C. T., & Mamahit, H. C. (2021). Problem-Focused Coping pada Mahasiswa Aktif Fakultas Pendidikan dan Bahasa Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya Jakarta. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 6(2), 41-49.
- Roslina, L. (2019). Dukungan Sosial Atasan, Problem Focused Coping dan Kepribadian Extrovert Introvert Pegawai Bapenda Kota Samarinda. *Motiva: Jurnal Psikologi*, 1(2), 21-29.
- Pratiwi, Z. R., & Kumalasari, D. (2021). Dukungan Orang Tua dan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 13(2), 138-147.
- Rahmawati, S. (2012). Hubungan antara coping strategy terhadap resiliensi siswa sma dalam menghadapi ujian nasional. *Jurnal Psycho Utama*, 1(1).
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons.
- Savira, A. (2021). *Resiliensi Anak yang Dilacurkan (AYLA) pada Panti Sosial Bina Karya Wanita Harapan Mulia Jakarta Barat* (Bachelor's thesis, Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta).
- Setyawan, I. (2021). Melihat peran pemaafan pada resiliensi akademik siswa. *Jurnal EMPATI*, 10(03), 187-193.
- Suardiantari, L. N., & Rustika, I. M. (2019). Peran kecerdasan emosional dan efikasi diri terhadap problem focused coping pada mahasiswa preklinik Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(3), 99-110.

- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian (Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Sujarweni, V. W. (2014). *Metode Penelitian: Lengkap, Praktis, dan Mudah Dipahami*. Pustaka Baru Press.
- Sujono, S. (2014). Hubungan Antara Efikasi Diri (Self Efficacy) Dengan Problem Focused Coping Dalam Proses Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa FMipa Unmul. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2).
- Utami, L. H. (2020). Bersyukur dan resiliensi akademik mahasiswa. *Nathiqiyah*, 3(1), 1-21.
- Vianingtyas, A. (2015). *Hubungan Kepribadian Big Five dengan Problem Focused Coping (PFC) pada Pegawai Negeri Sipil (PNS) (Doctoral dissertation, Universitas Brawijaya)*.
- Vista, M. H. B. *aruh school engagement dan dukungan sosial terhadap resiliensi santri di Pondok Pesantren Baitussalam Bogor (Bachelor's thesis, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Fakultas Psikologi, 2018)*.
- Wahyudhi, Q. I., Winarsunu, T., & Amalia, S. (2019). Kematangan sosial dan problem focused coping pada laki-laki usia dewasa awal. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 7(1), 52-64.
- Wedyaswari, M., Cahyadi, S., Susiati, E., & Yuanita, R. A. (2019). Rancangan Pendampingan “4 Skills of Resilience” Untuk Pengembangan Resiliensi Bidang Akademik Pada Mahasiswa Bidik Misi. *Journal of Psychological Science and Profession*, 3(2), 89-98.