PROSIDING | SEMBIONA 2026
Seminar Nasional Bimbingan Konseling Undana
DOI: https://doi.org/10.24036/XXXXX
Kupang, 8 Oktober 2026

Hubungan Dukungan Keluarga dengan Resiliensi Mahasiswa BK FKIP Universitas Nusa Cendana yang Sedang Menyusun Skripsi

Yohanes Erikson Sumu [1], Andriani Paulin Nalle [2], Kristin Melliyati Benu [3]
[1] Program Studi Bimbingan Konseling, Universitas Nusa Cendana, Kota Kupang, ✉ (e-mail)
erycksumu06@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran dukungan keluarga, resiliensi, serta hubungan antara dukungan keluarga dengan resiliensi pada mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Universitas Nusa Cendana yang sedang menyusun skripsi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Populasi penelitian berjumlah 61 mahasiswa tingkat akhir yang seluruhnya dijadikan sampel menggunakan teknik sampling jenuh (total sampling). Pengumpulan data menggunakan instrumen skala psikologi dukungan keluarga dan skala resiliensi berbasis model Likert. Teknik analisis data meliputi analisis statistik deskriptif dan uji hipotesis Korelasi Pearson Product Moment. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan keluarga berada pada kategori tinggi sebesar 65,6% (40 mahasiswa) dan sangat tinggi sebesar 34,4% (21 mahasiswa). Resiliensi mahasiswa berada pada kategori tinggi sebesar 80,3% (49 mahasiswa), sangat tinggi sebesar 13,1% (8 mahasiswa), dan rendah sebesar 6,6% (4 mahasiswa). Hasil uji korelasi menghasilkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,408 dengan nilai signifikansi 0,001 < 0,05. Dengan demikian, terdapat hubungan positif dan signifikan antara dukungan keluarga dengan resiliensi mahasiswa. Rekomendasinya, mahasiswa diharapkan memanfaatkan dukungan keluarga secara optimal, keluarga hendaknya mempertahankan ikatan emosional dan instrumental positif, serta program studi dapat memanfaatkan temuan ini sebagai dasar layanan bimbingan akademis dan konseling.

Kata Kunci: *Dukungan Keluarga, Resiliensi, Bimbingan Konseling*

How to Cite: Sumu, Y. E., Nalle, A. P., & Benu, K. M. (2026). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Resiliensi Mahasiswa BK FKIP Universitas Nusa Cendana yang Sedang Menyusun Skripsi. *Prosiding SEMBIONA* (pp. XX–XX). Kupang: Program Studi Bimbingan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nusa Cendana. DOI: https://doi.org/10.24036/XXXXX

This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2018 by author and BK FKIP, Universitas Nusa Cendana.

DOI: https://doi.org/10.24036/XXXXX

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan pengalaman belajar terencana yang berlangsung sepanjang hayat dengan tujuan optimalisasi potensi diri individu. Dalam konteks pendidikan tinggi tingkat Sarjana (S1), mahasiswa diwajibkan menyelesaikan skripsi sebagai syarat kelulusan akademis. Namun, dalam proses penyusunan skripsi, mahasiswa sering kali dihadapkan pada berbagai kendala internal maupun eksternal. Hambatan internal mencakup manajemen waktu yang buruk, rasa malas, kurangnya pemahaman metodologi, dan kesulitan menulis karya ilmiah. Sementara itu, hambatan eksternal meliputi kesulitan menemukan literatur ilmiah berbahasa Inggris, keterbatasan finansial, dan tantangan komunikasi dengan dosen pembimbing. Akumulasi dari kendala-kendala tersebut kerap menyebabkan penundaan studi dan kelelahan emosional pada mahasiswa tingkat akhir.

Dalam menghadapi tekanan akademis penyusunan skripsi, mahasiswa dituntut memiliki resiliensi yang tinggi. Resiliensi merupakan kapasitas psikologis yang memampukan seseorang untuk bertahan, beradaptasi secara positif, dan bangkit dari keterpurukan atau krisis. Mahasiswa yang kurang resilien cenderung menunjukkan gejala stres, kecemasan, hilang motivasi, hingga penghindaran tugas. Salah satu pilar eksternal yang sangat krusial dalam memperkuat resiliensi mahasiswa adalah dukungan keluarga. Keluarga inti (orang tua dan saudara kandung) merupakan *primary support system* yang memiliki keterikatan emosional serta tanggung jawab pengasuhan dan finansial utama. Friedman et al. (2010) mengategorikan dukungan keluarga ke dalam empat dimensi utama: dukungan emosional, instrumental, informasional, dan penilaian/penghargaan.

Berdasarkan studi awal melalui wawancara pada mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Universitas Nusa Cendana, terungkap fenomena di mana mahasiswa mengalami tekanan psikologis saat skripsi, seperti rasa malas, kesulitan menerjemahkan referensi asing, serta terbatasnya ruang aman untuk bercerita. Menariknya, terdapat fenomena paradoksal pada mahasiswa Bimbingan Konseling yang, meskipun telah dibekali teori-teori psikologi dan strategi regulasi emosi selama perkuliahan, tetap mengalami *burnout* saat menyusun skripsi.

Penelitian mengenai resiliensi mahasiswa skripsi pernah dilakukan oleh Faradilla (2023) menggunakan pendekatan kualitatif, Annisa & Hirmaningsih (2023) yang mengukur dukungan sosial secara umum, serta Hasanah et al. (2024) yang mengkaji resiliensi akademik pada mahasiswa keperawatan. Kebaruan (*novelty*) dari penelitian ini terletak pada pengisolasian variabel bebas secara spesifik pada dukungan keluarga inti berdasarkan teori Friedman et al. (2010) dan pengukuran resiliensi komprehensif berdasarkan teori Reivich & Shatté (2002) menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional serta teknik *total sampling* pada mahasiswa Bimbingan Konseling FKIP Undana. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis gambaran dukungan keluarga, gambaran resiliensi, serta menguji hubungan antara dukungan keluarga dengan resiliensi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

METODE PENELITIAN

Bagian metode penelitian terdiri dari:

Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Penelitian korelasional bertujuan untuk menguji ada atau tidaknya hubungan serta mengukur tingkat kekuatan korelasi antara variabel bebas (*X*), yaitu Dukungan Keluarga, dan variabel terikat (*Y*), yaitu Resiliensi.

Sumber Data

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nusa Cendana angkatan 2020 (semester 13), 2021 (semester 11), dan 2022 (semester 9) yang terdaftar mengontrak skripsi pada sistem akademik, berjumlah 61 orang. Penentuan sampel menggunakan teknik *sampling jenuh* (*total sampling*), di mana seluruh anggota populasi sebanyak 61 mahasiswa dijadikan sampel penelitian.

Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan menggunakan instrumen berupa kuesioner berbasis skala psikologi model Likert dengan 4 pilihan jawaban: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Skala Dukungan Keluarga mengukur 4 aspek (emosional, instrumental, informasional, dan penilaian) dengan jumlah 30 item valid dan nilai reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar 0,880 dan Skala Resiliensi mengukur 6 aspek (regulasi emosi, pengendalian dorongan, optimisme, analisis penyebab, efikasi diri, dan pengembangan diri) dengan jumlah 30 item valid dan nilai reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar 0,931.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data meliputi:
Analisis Deskriptif: Mengelompokkan skor total responden ke dalam kategorisasi (sangat tinggi, tinggi, rendah, dan sangat rendah) berdasarkan rumus interval kelas.
Uji Asumsi Klasik: Meliputi uji normalitas Kolmogorov-Smirnov (Asymp. Sig. 0,200 > 0,05), uji homogenitas Levene Statistic (Sig. 0,154 > 0,05), dan uji linearitas (*Deviation from Linearity* Sig. 0,208 > 0,05).
Uji Hipotesis: Menggunakan Korelasi *Pearson Product Moment* dengan bantuan *software* SPSS versi 27 pada taraf signifikansi 0,001 < 0,05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Deskripsi Data Dukungan Keluarga

Hasil analisis deskriptif variabel dukungan keluarga pada 61 mahasiswa Bimbingan Konseling Undana menunjukkan bahwa tidak ada mahasiswa yang berada pada kategori

rendah maupun sangat rendah. Secara rinci, distribusi frekuensi variabel dukungan keluarga disajikan pada Tabel 1 berikut ini :

Tabel 1. Kategori Variabel Dukungan Keluarga

Kategori	Interval	Frekuensi (F)	Persentase(%)
Sangat Tinggi	100 - 120	21	34,4%
Tinggi	76 – 99	40	65,6%
Rendah	53 – 75	0	0,0%
Sangat Rendah	30 – 52	0	0,0%
Total	-	61	100%

Secara umum, dukungan keluarga mahasiswa berada pada kategori tinggi (65,6%). Rincian per aspek menunjukkan:
Dukungan Emosional: Sangat Tinggi 60,7% (37 orang) dan Tinggi 39,3% (24 orang).
Dukungan Instrumental: Sangat Tinggi 52,5% (32 orang) dan Tinggi 47,5% (29 orang).
Dukungan Informasional: Tinggi 67,2% (41 orang), Sangat Tinggi 29,5% (18 orang), dan Rendah 3,3% (2 orang).
Dukungan Penilaian: Sangat Tinggi 62,3% (38 orang) dan Tinggi 37,7% (23 orang).

Deskripsi Data Resiliensi
Hasil analisis deskriptif variabel resiliensi pada 61 mahasiswa Bimbingan Konseling Undana disajikan pada Tabel 2 :

Tabel 2. Kategori Variabel Resiliensi

Kategori	Interval	Frekuensi (F)	Persentase(%)
Sangat Tinggi	100 - 120	8	13,1%
Tinggi	76 – 99	49	80,3%
Rendah	53 – 75	4	6,6%
Sangat Rendah	30 – 52	0	0,0%
Total	-	61	100%

Secara keseluruhan, resiliensi mahasiswa didominasi oleh kategori tinggi (80,3%). Rincian per aspek resiliensi adalah sebagai berikut:
Regulasi Emosi: Tinggi (60,7%), Rendah (26,2%), Sangat Tinggi (9,8%), Sangat Rendah (3,3%).
Pengendalian Dorongan: Tinggi (63,9%), Sangat Tinggi (24,6%), Rendah (11,5%).
Optimisme: Sangat Tinggi (52,5%), Tinggi (44,3%), Rendah (3,3%).
Analisis Penyebab: Tinggi (63,9%), Sangat Tinggi (34,4%), Rendah (1,6%).
Efikasi Diri: Tinggi (75,4%), Sangat Tinggi (13,1%), Rendah (9,8%), Sangat Rendah (1,6%).
Pengembangan Diri: Tinggi (77,0%), Sangat Tinggi (14,8%), Rendah (8,2%).

Uji Hipotesis
Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan analisis Korelasi Pearson Product Moment dengan bantuan SPSS versi 27, dengan hasil yang tertera pada Tabel 3 berikut ini :

Tabel 3. Hasil Uji Korelasi *Pearson Product Moment*

Variabel	Pearson Correlation	Sig. (2-tailed)	N
Dukungan Keluarga * Resiliensi	0,408**	0,001	61
. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).			

Berdasarkan Tabel 3, diperoleh nilai signifikansi 0,001 < 0,05, sehingga H0 ditolak dan Ha diterima. Hal ini menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan secara statistik antara dukungan keluarga dengan resiliensi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,408 mengindikasikan tingkat hubungan berada pada kategori sedang (moderat) dengan arah hubungan searah (positif).

Pembahasan

Gambaran Dukungan Keluarga

Tingginya dukungan keluarga pada mahasiswa Bimbingan Konseling Undana sejalan dengan teori Friedman et al. (2010) yang menyatakan bahwa keluarga berperan sebagai *primary support system* yang memberikan penerimaan tanpa syarat saat anggotanya mengalami tekanan. Dukungan emosional yang hangat serta kesediaan mendengarkan dari orang tua dan saudara kandung menjadi *safe space* bagi mahasiswa untuk meredakan kecemasan akademis. Selain itu, bantuan instrumental berupa kecukupan finansial penelitian dan penyediaan fasilitas penunjang (laptop/printer) meminimalkan hambatan logistik mahasiswa. Hal ini didukung oleh budaya kolektivitas masyarakat lokal yang menempatkan keberhasilan pendidikan anak sebagai prioritas dan kebanggaan keluarga.

Gambaran Resiliensi Mahasiswa

Tingginya resiliensi mahasiswa Bimbingan Konseling Undana dipengaruhi oleh pemahaman kognitif mengenai teori-teori psikologi, manajemen stres, dan regulasi emosi yang didapatkan selama kuliah. Mahasiswa mampu mengontrol impuls prokrastinasi, mempertahankan pandangan optimis terhadap masa depan kelulusan, menganalisis penyebab dari revisi skripsi, serta mempertahankan efikasi diri untuk terus melangkah. Temuan ini mendukung pandangan Reivich & Shatté (2002) serta Wijianti & Purwaningtyas (2020) bahwa resiliensi memampukan mahasiswa mengubah hambatan studi menjadi motivasi penyelesaian.

Hubungan Dukungan Keluarga dengan Resiliensi Mahasiswa

Arah korelasi positif r = 0.408, p = 0.001 membuktikan bahwa semakin tinggi dukungan keluarga yang diterima mahasiswa, maka semakin tinggi pula tingkat resiliensi mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. Secara mekanistis, dukungan emosional memperkuat regulasi emosi; dukungan instrumental memfasilitasi fokus pengerjaan; dukungan informasional membantu analisis masalah; dan dukungan penilaian meningkatkan efikasi diri serta optimisme mahasiswa. Hasil penelitian ini memperkuat temuan Findy & Sesilia (2025) serta Hasanah et al. (2024) yang menegaskan pentingnya dukungan lingkungan keluarga sebagai faktor pelindung eksternal dalam membentuk ketahanan akademis mahasiswa tingkat akhir.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, disimpulkan bahwa:

Gambaran dukungan keluarga mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Universitas Nusa Cendana yang menyusun skripsi berada pada kategori tinggi (65,6%), di mana seluruh aspek emosional, instrumental, informasional, dan penilaian terpapar secara optimal.

Gambaran resiliensi mahasiswa berada pada kategori tinggi (80,3%), yang ditunjukkan melalui kemampuan regulasi emosi, pengendalian dorongan, optimisme, analisis penyebab, efikasi diri, dan pengembangan diri yang baik.

Terdapat hubungan positif dan signifikan dengan kekuatan hubungan tingkat sedang ($r = 0.408$, $p = 0.001$) antara dukungan keluarga dengan resiliensi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Artinya, ketersediaan dukungan keluarga yang semakin tinggi diikuti oleh peningkatan resiliensi mahasiswa dalam menghadapi hambatan tugas akhir.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Rektor Universitas Nusa Cendana, Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Koordinator Program Studi Bimbingan Konseling, Dosen Pembimbing I (Andriani Paulin Nalle, S.Psi, M.Ed), Dosen Pembimbing II (Kristin Melliyati Benu, S.Pd, M.Pd), Dosen Penguji (I Putu Agus Apriliana, M.Pd), serta 61 mahasiswa Bimbingan Konseling angkatan 2020, 2021, dan 2022 yang telah berpartisipasi penuh dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

Abdullah, M. dkk. (2022). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Banda Aceh: Penerbit Muhammad Zaini.

Apriliana[1], I. P. A., & Nalle, A. P. (2024, May). Measuring Academic Resilience Among Vocational Students; A Comparative Study. In *Proceedings of the 10th international conference on technical and vocational education and training (ICTVET 2023)* (p. 15). Springer Nature.

Apriliana, I. P. A., & Suranata, K. (2025). Exploring academic resilience among vocational students; development of measurement tools. *Journal of Education and Learning (EduLearn)*, *19*(4), 2351-2358.

Andarmoyo, S. (2012). *Keperawatan Keluarga: Konsep Teori, Proses, dan Praktik Keperawatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Andraini, H., & Astuti, N. W. (2026). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan academic burnout pada mahasiswa tingkat akhir yang merantau. *PAEDAGOGY: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi*, 6(1), 88–96.

Annisa, H., & Hirmaningsih. (2023). Hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan resiliensi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. *Persepsi: Jurnal Riset Mahasiswa Psikologi*, 2(3), 169–176.

Ardi, M., & Handayani, S. (2026). Regulasi emosi dan ketahanan psikologis mahasiswa tingkat akhir dalam menyelesaikan tugas akhir. *Arkhe: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 101–112.

Arfan, A. F. (2022). *Gambaran Resiliensi Mahasiswa Dalam Penyusunan Skripsi Di Universitas Hasanuddin*. (Skripsi). Fakultas Keperawatan, Universitas Hasanuddin, Makassar.

Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.

Azwar, S. (2013). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Budiono, A. N., Kholil, M., & Rohman, A. (2023). Hubungan grit dan resiliensi akademik pada mahasiswa dalam menyelesaikan hambatan studi. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur Berbeda Bermakna Mulia*, 9(2), 405–412.

Bule, P. F. N., & Priyanggasari, A. T. S. (2026). Dukungan sosial keluarga dan resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir. *RIGGS: Journal of Artificial Intelligence and Digital Business*, 5(1), 14723–14735.

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.

Faradilla, A. (2023). *Peran Dukungan Keluarga Terhadap Resiliensi Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Islam IAIN Palopo Dalam Penyelesaian Skripsi*. (Skripsi). Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, IAIN Palopo, Palopo.

Findy, S. N., & Sesilia, A. P. (2025). Peran dukungan keluarga pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi: Pemicu resiliensi akademik. *PAEDAGOGY: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi*, 5(2), 714–721.

Friedman, M. M., Bowden, V. R., & Jones, E. G. (2010). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga: Riset, Teori, dan Praktik*. Jakarta: EGC.

Funan, D. (2022). *Hubungan Dukungan Orangtua Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Program Studi Bimbingan Konseling Universitas Nusa Cendana Kupang*. (Skripsi). Universitas Nusa Cendana, Kupang.

Gottlieb, B. H. (1983). *Social Support Strategies: Guidelines for Mental Health Practice*. Beverly Hills: SAGE Publications.

Hasanah, N., Putri, Z. M., & Murni, D. (2024). Studi cross sectional: Dukungan sosial terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 12(2), 661–668.

Hermati, N. (2018). Resiliensi orang tua Sunda yang memiliki anak berkebutuhan khusus. *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*, 1(1), 67–74.

Kristin, D., & Hastuti, R. (2026). Resiliensi akademik dan academic self-efficacy pada mahasiswa tingkat akhir. *PAEDAGOGY: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi*, 6(1), 45–56.

Listiyandini, R. A., & Roellyana, S. (2016). Peranan optimisme terhadap resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi. *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia*, 1(1), 29–37.

Malahayati, J. P. (2023). Pengaruh dukungan sosial dan harga diri terhadap resiliensi mahasiswa perantau. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 5(1), 15–21.

Musafiri, M. R. A., & Umroh, N. (2022). Hubungan optimisme terhadap resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 11(2), 70–84.

Nurfariza, A. D. N., Hasanah, A., Ramadhany, D. M., Rahmayanti, W., Afrilia, W., & Putriana, D. (2024). Development of a tool for measuring student academic resilience. *PSISULA: Prosiding Berkala Psikologi*, 6, 18–25.

Pertiwi, R., Thuba, A., Priyanggasari, S., & Hapsari, A. D. (2024). Resiliensi pada mahasiswa yang menyusun skripsi dengan stres akademik. *Journal of Education and Humanities*, 4(2), 5389–5397.

Pratiwi, F. C., & Tyas, P. H. P. (2025). The role of family support in enhancing psychological well-being among final-year education students. *EDUCATIONE*, 3(2), 410–419.

Pratiwi, Z. R., & Kumalasari, D. (2021). Dukungan orang tua dan resiliensi akademik pada mahasiswa. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 13(2), 138–147.

Reivich, K., & Shatté, A. (2002). *The Resilience Factor: 7 Essential Skills for Overcoming Life's Inevitable Obstacles*. New York: Broadway Books.

Resnick, B., Gwyther, L. P., & Roberto, K. A. (2011). *Resilience in Aging: Concepts, Research, and Outcomes*. New York: Springer Science & Business Media.

Sahrani, R., & Hungsie, O. G. (2025). Kebijaksanaan mahasiswa dengan impostor syndrome: Peran resiliensi akademik dan harga diri. *Cendekia: Jurnal Ilmu Pengetahuan*, 5(2), 680–691.

Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.