

GAMBARAN RESILIENSI PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA DI STIKES SANTA ELISABETH MEDAN

Vina Yolanda Sari Sigalingging¹, Rotua Elvina Pakpahan¹,
Ratna Juli Syas Kristin Laia*¹

¹Program Studi Keperawatan, STIKes Santa Elisabeth Medan Indonesia

*korespondensi penulis, e-mail: ratnalaia0507@gmail.com

ABSTRAK

Mahasiswa tahun pertama tentu saja akan mengalami masalah maupun kesulitan, yang dapat menyebabkan stres. Mahasiswa awal membutuhkan suatu kemampuan untuk dapat beradaptasi, bertahan, mengatasi dan berkembang di tengah kesulitan agar dapat berfungsi secara normal di berbagai tekanan dan faktor penyebab stres yang disebut resiliensi. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui gambaran resiliensi pada mahasiswa tahun pertama di STIKes Santa Elisabeth Medan. Rancangan penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif. Sampel pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa tahun pertama dengan teknik *sampling* yang digunakan adalah total *sampling* dengan sampel sebanyak 193 responden. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini yaitu dengan membagikan kuesioner Connor Davidson *Resilience Scale* dengan 25 pernyataan. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswa tahun pertama di STIKes Santa Elisabeth Medan, ditemukan tingkat resiliensi mahasiswa tahun pertama berada pada kategori resiliensi sedang yaitu sebanyak 110 responden (57%), sedangkan yang paling sedikit berada pada kategori rendah sebanyak 13 responden (6,7%). Resiliensi pada perempuan lebih tinggi dibandingkan laki-laki dan mahasiswa yang berusia >20 tahun cenderung memiliki resiliensi yang tinggi. Pada aspek resiliensi jika dilihat dari skor tinggi paling banyak adalah aspek menerima perubahan secara positif dan paling sedikit aspek pengendalian diri. Hal ini menunjukkan, mahasiswa tahun pertama di STIKes Santa Elisabeth Medan mampu mengatasi stres maupun beradaptasi, namun masih belum optimal.

Kata kunci: mahasiswa tahun pertama, resiliensi, stres

ABSTRACT

First-year students will of course experience problems and difficulties, which can cause stress. Early students need an ability to be able to adapt, survive, overcome and thrive in the midst of difficulties in order to function normally under various pressures and stress-causing factors which is called resilience. The purpose of this study is to describe the resilience of the first-year students at STIKes Santa Elisabeth Medan. The design of this study uses descriptive research. The sample in this study are all first-year students with the sampling technique used is total sampling with a sample of 193 respondents. The data collection technique in this study is by distributing the Connor Davidson Resilience Scale questionnaire with 25 statements. Based on the results of research conducted on the first-year students at STIKes Santa Elisabeth Medan, it is found that the resilience level of first-year students are in the moderate resilience category, namely 110 respondents (57%), while the least are in the low category as many as 13 respondents (6,7%). 20 years old tend to have high resilience. In the aspect of resilience when viewed from the high score, the most aspects are aspects of accepting change positively and the least aspect of self-control. This shows that first year students at STIKes Santa Elisabeth Medan are able to cope with stress and adapt but are still not optimal.

Keywords: first-year students, resilience, stress

PENDAHULUAN

Masa awal perkuliahan adalah sebuah masa ketika seorang remaja mengalami transisi dan perubahan dari siswa menjadi mahasiswa. Saat menjadi seorang mahasiswa, mereka harus menghadapi berbagai hal yang berbeda dengan kehidupan mereka dalam hal sosial maupun akademik (Andriani & Listiyandini, 2017). Mahasiswa yang memasuki dunia perkuliahan untuk pertama kalinya tentu saja akan mengalami masalah maupun kesulitan. Bagi mahasiswa baru, akan ada perubahan yang dialami baik lingkungan yang berbeda, maupun sistem pembelajaran yang baru. Transisi dari sekolah menengah ke pendidikan tinggi merupakan perubahan yang menantang bagi banyak mahasiswa. Oleh karena itu, mahasiswa tahun pertama berada dalam masa menyesuaikan diri dengan perubahan tersebut. Transisi tersebut dan masalah yang dihadapi oleh mahasiswa dapat mempengaruhi kemampuan mereka untuk berhasil dan menyelesaikan perkuliahannya (Kearney, 2019).

Oleh sebab itu, agar seorang mahasiswa dapat berperan optimal sekalipun dilingkupi berbagai tekanan dan faktor penyebab stres, mahasiswa awal membutuhkan suatu kemampuan untuk dapat beradaptasi, bertahan, mengatasi, dan berkembang di tengah kesulitan. Hal ini disebut dengan resiliensi (Andriani & Listiyandini, 2017).

Resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi keadaan yang berat atau kejadian buruk dan masalah hidup yang menimpa hidup seseorang. Resiliensi adalah kemampuan manusia untuk menghadapi, mengatasi, dan menjadi kuat atas kesulitan yang dialaminya. Resiliensi merupakan ketahanan emosi yang dimiliki semua orang. Seseorang yang memiliki resiliensi yang baik, akan mampu bangkit ketika mengalami suatu hal yang tidak sesuai dengan apa yang diharapkan. Selain itu, mereka yang memiliki resiliensi tinggi mampu untuk menghadapi situasi yang sulit (Ayu dkk, 2017).

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif ini bertujuan untuk mendeskripsikan resiliensi mahasiswa tahun pertama di STIKes Santa Elisabeth Medan. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa tahun pertama D3 Keperawatan, D3 Kebidanan, Sarjana Keperawatan, Sarjana Terapan Teknologi

Laboratorium Medik, Sarjana Terapan Manajemen Informasi Kesehatan, dan Sarjana Gizi sebanyak 193 orang di STIKes Santa Elisabeth Medan. Teknik *sampling* yang digunakan adalah total *sampling*. Penelitian ini dilaksanakan mulai pada tanggal 20 April sampai 20 Mei 2022 dengan surat etik penelitian, no. 081/KEPK-SE/PE-DT/IV/2022.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Data Demografi Responden (N=193)

Variabel	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	17	8,8
Perempuan	176	91,2
Total	193	100
Usia		
18 tahun	83	43
19 tahun	74	38,3
≥20 tahun	36	18,7
Total	193	100

Berdasarkan Tabel 1 diperoleh mayoritas responden adalah perempuan

sebanyak 176 responden (91,2%), sedangkan laki-laki sebanyak 17 responden

(8,8%). Untuk usia, didapatkan usia responden mayoritas adalah di usia 18 tahun yaitu sebanyak 83 responden (43%),

dan usia minoritas yaitu usia ≥ 20 tahun sebanyak 36 responden (18,7%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Resiliensi Responden (N=193)

Resiliensi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Rendah	13	6,7
Sedang	110	57
Tinggi	70	36,3
Total	193	100

Berdasarkan Tabel 2 didapatkan bahwa tingkat resiliensi pada mahasiswa tahun pertama di STIKes Santa Elisabeth mayoritas berada pada tingkat resiliensi

sedang sebanyak 110 responden (57%) dan minoritas adalah tingkat resiliensi rendah sebanyak 13 responden (6,7%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Resiliensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin (N=193)

Resiliensi	Jenis Kelamin			
	Laki-laki		Perempuan	
	f	%	f	%
Tinggi	6	35,3	64	36,4
Sedang	8	47,1	102	58
Rendah	3	17,6	10	5,7
Total	17	100	176	100

Berdasarkan Tabel 3 diperoleh bahwa tingkat resiliensi pada mahasiswa tahun pertama dengan jenis kelamin laki-laki mayoritas berada pada tingkat resiliensi sedang sebanyak 8 responden (47,1%) dan minoritas tingkat resiliensi rendah sebanyak 3 responden (17,6%). Sedangkan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama dengan jenis kelamin

perempuan juga mayoritas berada pada tingkat resiliensi sedang sebanyak 102 responden (58%), dan minoritas tingkat resiliensi rendah sebanyak 10 responden (5,7%). Resiliensi dengan skor tinggi berdasarkan jenis kelamin, terbanyak ditemukan pada responden perempuan yaitu sebanyak 64 responden (36,4%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Resiliensi Berdasarkan Aspek Resiliensi (N=193)

Tingkat Resiliensi	Aspek Resiliensi									
	Kompetensi Personal		Kepercayaan Diri Sendiri		Menerima Perubahan Secara Positif		Pengendalian Diri		Pengaruh Spiritual	
Tinggi	57	29,5	51	26,4	65	33,7	46	23,8	52	26,9
Sedang	117	60,6	114	59,1	111	57,5	121	62,7	129	66,8
Rendah	19	9,8	28	14,5	17	8,8	26	13,5	12	6,2
Total	193	100	193	100	193	100	193	100	193	100

Berdasarkan tabel 4 didapatkan bahwa dari kelima aspek-aspek resiliensi, di temukan mayoritas skor sedang dan minoritas pada skor rendah. Aspek resiliensi paling tinggi dilihat dari skor

tinggi adalah menerima perubahan secara positif sebanyak 65 responden (33,7%) dan aspek paling rendah yaitu pengendalian diri sebanyak 46 responden (23,8%).

PEMBAHASAN

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswa tahun pertama di STIKes Santa Elisabeth Medan, ditemukan tingkat resiliensi mahasiswa tahun pertama

mayoritas berada pada kategori resiliensi sedang, yaitu sebanyak 110 responden (57%), sedangkan yang paling sedikit berada pada kategori rendah sebanyak 13 responden (6,7%). Hal ini menunjukkan,

mahasiswa tahun pertama di STIKes Santa Elisabeth Medan mampu mengatasi stres maupun beradaptasi namun masih belum optimal. Peneliti berasumsi, resiliensi mahasiswa tahun pertama masih belum optimal dikarenakan mahasiswa tahun pertama sebagian besar tinggal di asrama dan mereka harus berpisah dengan keluarga maupun teman dekat mereka terutama mereka yang merupakan mahasiswa perantauan. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi seseorang yaitu dukungan sosial, yang dimana individu memperoleh dukungan dari orang sekitarnya dalam menyelesaikan masalah atau proses bangkit kembali dari kesulitan yang dialami. Di dalam asrama, masih ada beberapa mahasiswa yang merasa asing dengan teman-teman yang baru mereka jumpai, sehingga mereka kurang memperoleh dukungan dari orang sekitar. Dalam penelitian Hapsari & Eva (2021) menyatakan bahwa ada pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi pada mahasiswa baru.

Dari jawaban responden yang memiliki resiliensi rendah didapat sebanyak 9 orang menjawab skor 0 pada pertanyaan “menjalin hubungan yang dekat dan aman” dan pertanyaan ini merupakan salah satu aspek menerima perubahan secara positif dan dapat menjalin hubungan yang aman dengan orang lain. Selain di karenakan tinggal di asrama serta ada sebagian mahasiswa seperti prodi MIK, TLM, dan Gizi yang tidak ada keharusan tinggal di asrama dan mahasiswa tahun pertama juga pernah menjalani pembelajaran daring beberapa bulan di rumah selama pandemi Covid-19, yang membuat interaksi mereka antar sesama

SIMPULAN

Resiliensi pada mahasiswa tahun pertama di STIKes Santa Elisabeth Medan berada pada kategori resiliensi sedang sebanyak 110 responden (57%). Resiliensi berdasarkan jenis kelamin mayoritas memiliki resiliensi sedang, pada skor resiliensi tinggi perempuan lebih banyak

menjadi terbatas dan belum cukup mengenal dengan baik teman-teman mereka.

Jenis kelamin pada penelitian ini mayoritas adalah mahasiswa perempuan. Resiliensi mahasiswa berdasarkan jenis kelamin berada pada kategori sedang. Skor resiliensi yang tinggi mayoritas dimiliki oleh mahasiswa perempuan sebanyak 64 responden (36,4%) sedangkan laki-laki yang memiliki resiliensi tinggi sebanyak 6 responden (35,3%). Hal ini sejalan dengan penelitian Oktasverina & Wahyuni (2021) yang menyatakan bahwa perempuan lebih resilien dari pada laki-laki dengan nilai *mean*, perempuan (103,79%) dan laki-laki (97,45). Perempuan yang memiliki kemampuan resiliensi cenderung tinggi, dikarenakan apabila perempuan menghadapi sebuah permasalahan, perempuan lebih mampu menggunakan faktor-faktor resiliensi seperti empati, berkomunikasi, mencari bantuan maupun dukungan dari orang lain.

Usia mahasiswa tahun pertama pada penelitian ini adalah mayoritas usia 18 tahun sebanyak 83 responden (43%) sedangkan paling sedikit adalah mahasiswa yang berusia >20 tahun sebanyak 36 responden (18,7%). Resiliensi yang tinggi banyak dimiliki oleh mahasiswa yang berusia >20 tahun sebanyak 16 responden (44,4%). Hal ini sejalan dengan penjelasan Bananno *et al* (2010) dalam Syaâ dkk (2022) yang menyatakan bahwa mereka yang memiliki usia lebih tua cenderung memiliki resiliensi yang tinggi. Penelitian Salamah *et al* (2020) menyatakan bahwa ada hubungan karakteristik demografi salah satunya usia, dengan resiliensi seseorang.

memiliki skor resiliensi tinggi yaitu 64 responden (36,4%) dibandingkan laki-laki. Berdasarkan usia, mahasiswa yang berusia >20 tahun memiliki skor resiliensi yang tinggi yaitu (44,4%).

DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, A., & Listiyandini, R. A. (2017). Peran Kecerdasan Sosial terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Awal. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(1), 67–90. <https://doi.org/10.15575/psy.v4i1.1261>
- Angraini, S. (2022). Resiliensi Akademik Ditinjau Dari Jenis Kelamin Pada Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19. *Empowerment Jurnal Mahasiswa Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 2(1), 64-69.
- Ayu, F. D., Hidayati, N. O., & Mardhiyah, A. (2017). Gambaran Resiliensi Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah*, 4(1), 37-45.
- Azzahra, F. (2017). *Pengaruh Resiliensi Terhadap Distres Psikologis Pada Mahasiswa (Vol. 05, Issue 01)*.
- Hapsari, N. K. A. M. Y., & Eva, N. (2021, September). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Baru. *In Seminar Nasional Psikologi UM (Vol. 1, No. 1, pp. 107-120)*.
- Kearney, S. (2019). Transforming the first-year experience through self and peer assessment. *Journal of University Teaching and Learning Practice*, 16(5). <https://doi.org/10.53761/1.16.5.3>
- Oktaverina, S. (2021). Perbedaan Resiliensi Individu Dengan Status Ekonomi Rendah Ditinjau Dari Jenis Kelamin. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undisksha*, 12(2)
- Salamah, A., Suryani, R. W. (2020). Hubungan Karakteristik Demografi dan Resiliensi Mahasiswa Keperawatan. *Jurnal Psikologi*, 16(II).
- Syaâ, H., Mutyah, D., Mayasari, A. C., Kirana, S. A. C., & Myra, M. (2022). Relationship between resilience level and anxiety level of family who has elderly in facing the covid-19 pandemic. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 17(2), 156-164.