



Pengaruh Self Esteem, Religiusitas, Optimisme, Regulasi Emosi, dan Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Akademik

Dhea Nur Syofira¹, Ahmad Nurkhin²

Prodi Pendidikan Ekonomi, Fakultas Ekonomika dan Bisnis, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

DOI: 10.15294/baej.v7i1.47107

Sejarah Artikel	Abstrak
Diterima: 2 April 2026 Disetujui: 10 Juni 2026 Dipublikasikan: 15 Juni 2026	Resiliensi akademik merupakan kemampuan individu untuk beradaptasi terhadap berbagai situasi akademik secara positif dan produktif sehingga mampu mengembangkan diri serta mengatasi tuntutan akademik secara efektif. Penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh <i>self esteem</i> , religiusitas, optimisme, regulasi emosi, dan dukungan sosial terhadap resiliensi akademik mahasiswa Pendidikan Akuntansi Universitas Negeri Semarang angkatan 2022. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei terhadap 120 mahasiswa yang dipilih melalui <i>simple random sampling</i> . Data pada penelitian ini dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan <i>Structural Equation Modeling</i> berbasis <i>Partial Least Square</i> (SEM – PLS). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa <i>self esteem</i> , religiusitas, optimisme, dan dukungan sosial berpengaruh positif signifikan terhadap resiliensi akademik, sedangkan regulasi emosi tidak berpengaruh signifikan.
Keywords: <i>Academic Resilience; Self-Esteem; Religiosity; Optimism; Emotional Regulation; Social Support</i>	Abstract <i>Academic resilience is the ability of individuals to adapt to various academic situations positively and productively so that they are able to develop themselves and overcome academic demands effectively. The research aims to determine the influence of self-esteem, religiosity, optimism, emotion regulation, and social support for the academic resilience of Universitas Negeri Semarang Accounting Education students, class of 2022. This study uses a quantitative approach with a survey method of 120 students selected through simple random sampling. The data in this study was analyzed using descriptive statistics and Structural Equation Modeling based Partial Smallest Square (SEM – PLS). The results of this study show that self-esteem, religiosity, optimism, and social support had a significant positive effect on academic resilience, while emotion regulation had no significant effect.</i>

© 2026 Universitas Negeri Semarang

✉ Alamat Korespondensi:

Jl. Sidodadi Timur Nomor 24 – Dr. Cipto Semarang, Indonesia, 50125
Email: author@gmail.com

p-ISSN 2723-4495

e-ISSN 2723-4487

PENDAHULUAN

Setiap individu akan menghadapi berbagai tantangan, tekanan, dan permasalahan sepanjang perjalanan hidupnya. Respons terhadap kondisi tersebut berbeda pada setiap individu karena dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal yang membentuk kemampuan bertahan serta beradaptasi. Kemampuan tersebut dikenal sebagai resiliensi, yaitu proses adaptasi positif ketika individu menghadapi kesulitan, tekanan, maupun kegagalan. Resiliensi memungkinkan individu untuk bangkit dari kondisi sulit, menyesuaikan diri secara konstruktif, serta mengembangkan perubahan positif dalam kehidupannya (Gatt et al., 2020). Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk bangkit dari kesulitan, permasalahan, dan kegagalan, sekaligus memiliki kapasitas untuk melakukan perubahan ke arah yang lebih baik. Resiliensi berperan penting dalam membentuk individu yang lebih percaya diri, mampu bersosialisasi dengan baik, memiliki keterampilan adaptif, memperoleh dukungan sosial, serta mampu mengambil keputusan secara tepat (Utami, 2017).

Resiliensi dalam konteks pendidikan dikenal sebagai resiliensi akademik, yaitu kemampuan mahasiswa untuk beradaptasi secara efektif terhadap tuntutan, tekanan, dan dinamika kehidupan akademik. Menurut Satyaninrum (2019), resiliensi akademik merupakan kapasitas individu untuk merespons situasi akademik secara positif dan produktif sebagai upaya perbaikan diri sehingga mampu menghadapi berbagai tuntutan pembelajaran. Lingkungan akademik memiliki karakteristik tekanan yang dinamis, seperti tuntutan kinerja, evaluasi akademik, serta kompetisi yang tinggi, sehingga mahasiswa membutuhkan kemampuan adaptasi yang kuat untuk mempertahankan prestasi sekaligus menjaga kesejahteraan psikologisnya (Martin & Marsh, 2009). Individu dengan resiliensi akademik yang baik mampu mempertahankan motivasi dan kinerja meskipun berada dalam kondisi berisiko atau tekanan tinggi (Alva, 1991).

Penelitian Luthfiyanni & Kumalasari (2020) menunjukkan bahwa tingkat resiliensi akademik di Indonesia masih relatif rendah, ketahanan ini dapat dibangun melalui "*positive affect*" yang dialami seseorang dalam berinteraksi dengan orang lain dan berhasil mengatasi tantangan hidup. Apabila kondisi resiliensi yang rendah berkebangsungan dalam jangka panjang, hal ini berpotensi meningkatkan permasalahan kesehatan mental sosial, seperti menurunnya konsentrasi, ketidakpuasan terhadap aktivitas yang dijalani, serta kesulitan dalam pengambilan keputusan. Resiliensi dipandang sebagai kemampuan adaptif yang memungkinkan individu mengatasi kesulitan, berkembang secara optimal, meraih keberhasilan, serta mempertahankan kualitas diri selama menghadapi berbagai tekanan (Gilligan, 2007).

Beberapa hambatan dalam proses adaptasi akademik seringkali dialami mahasiswa selama masa perkuliahan. Beragam tuntutan akademik dapat menimbulkan tekanan, seperti kesulitan memahami materi, menyelesaikan tugas, serta menghadapi berbagai tantangan pembelajaran (Shofi & Kardiye, 2021). Hal ini menunjukkan bahwa kompleksitas tuntutan akademik merupakan sumber permasalahan yang umum dialami mahasiswa di pendidikan tinggi. Penelitian serupa pada mahasiswa Pendidikan Ekonomi Universitas Negeri Semarang angkatan 2021 menunjukkan bahwa 36,7% mahasiswa mengalami kesulitan

memahami materi perkuliahan, 83,3% tidak mampu menyelesaikan tugas sulit secara mandiri, dan 43,3% tidak berani bertanya kepada dosen. Selain itu, 66,7% mahasiswa merasa panik ketika jawaban tugas berbeda dengan teman, 76,7% merasa takut terhadap kritik dosen, dan 50% memiliki keinginan untuk berpindah jurusan (Theresya & Setiyani, 2022).

Hambatan dan kesulitan juga ditemukan dalam masa perkuliahan mahasiswa Pendidikan Akuntansi Universitas Negeri Semarang angkatan 2022. Berikut hasil observasi awal kepada 35 mahasiswa Pendidikan Akuntansi Universitas Negeri Semarang angkatan 2022 yakni terdapat 54,3% mahasiswa merasa kesulitan memahami materi perkuliahan, 54,3% mahasiswa merasa panik ketika jawaban tugas berbeda dengan teman, 17,1% mahasiswa merasa tidak memiliki kepercayaan diri untuk bertahan dan berhasil dalam proses pembelajaran. Sebesar 68,8% mahasiswa tidak mampu mengerjakan tugas secara mandiri tanpa bantuan teman dan merasa ketakutan saat dosen mengkritik tugas yang telah dikerjakan. Bahkan 42,9% merasa salah jurusan. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya upaya antisipatif agar mahasiswa mampu menghadapi hambatan, dan mampu beradaptasi. Pada kenyataannya, tidak semua mahasiswa mampu mempertahankan keseimbangan dalam menghadapi kesulitan akademik karena tingkat resiliensi yang dimiliki sering kali tidak berkembang secara optimal, sehingga diperlukan faktor – faktor yang dapat mendukung peningkatan resiliensi dalam diri mahasiswa.

Menurut Kumpfer (2005), individu yang menghadapi permasalahan akan menjalani proses resiliensi yang berlangsung secara transaksional melalui interaksi antara individu dan lingkungannya. Proses ini muncul sebagai respons terhadap tantangan atau tekanan yang antara individu dan lingkungan. Dalam proses tersebut, individu melibatkan berbagai faktor internal resiliensi, seperti aspek spiritual, emosional/afektif, sosial/perilaku, fisik, dan spiritual yang secara bersama – sama membentuk mekanisme adaptasi dalam menghadapi kesulitan. Menurut Resnick *et al.* (2011) resiliensi individu dipengaruhi oleh empat faktor yaitu harga diri (*self esteem*), dukungan sosial (*social support*), spritual, dan emosi positif. Berdasarkan kerangka tersebut, penelitian ini memfokuskan pada beberapa faktor psikologis dan sosial yang diduga berperan dalam pembentukan resiliensi akademik, yaitu *self-esteem*, religiusitas, optimisme, regulasi emosi, dan dukungan sosial.

Teori Resiliensi Kumpfer (2005) menyatakan bahwa proses resiliensi dipengaruhi oleh faktor internal individu, meliputi aspek kognitif, emosional atau kompetensi afektif, sosial atau perilaku, serta spiritualitas. Dalam konteks kognitif, salah satu yang menjadi indikator penting adalah *self-esteem*. Resiliensi menjadi kapasitas penting bagi mahasiswa untuk bertahan dan beradaptasi dalam situasi akademik yang penuh tekanan. Sejalan dengan hal tersebut, Resnick et al. (2011) menegaskan bahwa *self-esteem* merupakan faktor internal yang berperan dalam pembentukan resiliensi. Individu dengan *self-esteem* tinggi cenderung mampu menerima diri, menyesuaikan diri terhadap perubahan, serta mengembangkan motivasi dan arah perkembangan secara positif. *Self-esteem* juga mencakup beberapa dimensi, antara lain kemampuan akademik, keterampilan sosial, penampilan fisik, serta harga diri kolektif yang berkaitan dengan evaluasi individu terhadap kelompok sosial, suku, atau agama tempat individu tersebut menjadi anggota (Srisayekti & Setiady, 2015). Individu dengan harga diri tinggi umumnya

memiliki resiliensi yang lebih baik sehingga mampu bangkit dan mengatasi berbagai permasalahan yang dihadapi. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa *self-esteem* berkontribusi positif terhadap resiliensi akademik (Sholichah et al., 2018), (Wulandari & Istiani, 2021), (Chen et al., 2022). Namun, temuan berbeda dikemukakan oleh Caton (2021) yang menyatakan bahwa *self-esteem* tidak berpengaruh signifikan terhadap resiliensi akademik siswa.

Kumpfer (2005) menyatakan bahwa salah satu faktor internal yang mempengaruhi proses resiliensi adalah aspek spiritual individu, yang dalam penelitian ini direpresentasikan melalui religiusitas. Religiusitas dipahami sebagai sistem keyakinan yang menjadi sumber motivasi dalam menghadapi dan menyelesaikan permasalahan. Tingkat religiusitas yang baik diyakini dapat memperkuat resiliensi karena memberikan ketenangan psikologis, menumbuhkan keyakinan, serta mendorong sikap optimis dan pola pikir positif ketika individu menghadapi kesulitan (Reich et al., 2010). Rufaida & Widhiastuti (2020) menemukan bahwa religiusitas berpengaruh positif dan signifikan terhadap resiliensi akademik. Individu dengan tingkat religiusitas tinggi cenderung lebih mampu bersyukur, menerima kondisi kehidupan, serta memiliki arah dan tujuan hidup yang jelas. Temuan ini sejalan dengan penelitian Shofi & Kardiye (2021) yang menunjukkan bahwa religiusitas berkaitan dengan kemampuan menerima keadaan dan memiliki orientasi hidup yang terarah. Pandangan berbeda dikemukakan oleh Mangunsong & Hartuti (2009) yang menyimpulkan bahwa religiusitas tidak berpengaruh terhadap resiliensi.

Menurut Setiawan (2015) resiliensi akademik berasal dari optimisme, yaitu kemampuan individu membangun ketangguhan dalam menghadapi tekanan dan tantangan. Cara individu memandang dan merespon permasalahan mencerminkan tingkat optimisme yang dimiliki, individu yang optimis cenderung melihat masalah sebagai sesuatu yang diatasi. Pada mahasiswa, keyakinan akan hasil dan harapan yang positif berperan dalam meningkatkan kemampuan menghadapi kesulitan akademik. Davino (2013) menemukan bahwa optimisme berhubungan signifikan dengan resiliensi pada mahasiswa generasi pertama dan menjadi faktor paling dominan dibanding dukungan sosial, efikasi diri, dan religiusitas. Hasil penelitian serupa oleh Annisa (2022), yang menyatakan adanya hubungan positif signifikan antara optimisme dan resiliensi akademik. Hasil berbeda ditemukan oleh Kapikiran & Acun-Kapikiran (2016) yang menemukan bahwa optimisme dan resiliensi memiliki hubungan yang negatif signifikan.

Kemampuan regulasi emosi merupakan salah satu keterampilan utama yang dibutuhkan individu dalam mengembangkan resiliensi, karena berperan penting dalam membantu individu mengendalikan respons emosional ketika menghadapi tekanan (Reivich & Shatte, 2002). Individu yang mampu mengekspresikan dan mengelola emosinya secara tepat cenderung lebih mampu mempertahankan ketenangan dalam situasi penuh tekanan, sehingga lebih efektif dalam mengontrol diri saat menghadapi berbagai permasalahan. Sukmaningpraja & Santhoso (2018) menemukan adanya hubungan positif yang signifikan antara regulasi emosi dan resiliensi pada siswa sekolah berasrama, di mana kemampuan pengelolaan emosi yang lebih baik berkorelasi dengan tingkat resiliensi yang lebih tinggi dalam menghadapi tantangan kehidupan asrama. Selanjutnya, hasil analisis regresi yang

dilakukan oleh Sembiring & Tarigan (2022) menunjukkan bahwa regulasi emosi memberikan kontribusi sebesar 50,2% terhadap resiliensi akademik siswa. Temuan ini mengindikasikan bahwa regulasi emosi dapat dipandang sebagai faktor protektif yang berperan penting dalam pengembangan resiliensi akademik siswa SMA Seminari Menengah Pematangsiantar. Penelitian lain yang sejalan, seperti Santi et al. (2022) juga mengungkapkan adanya hubungan positif yang signifikan antara regulasi emosi dan resiliensi santri selama masa pandemi COVID-19. Hasil penelitian berbeda ditunjukkan oleh Khoirunnia' & Jannah (2014) yang menemukan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara regulasi emosi dan konsentrasi terhadap resiliensi pada atlet renang.

Salah satu faktor yang memengaruhi resiliensi individu adalah dukungan sosial (*social support*), sebagaimana dikemukakan oleh Resnick et al. (2011). Dukungan sosial dipahami sebagai perasaan nyaman, diperhatikan, dihargai, dihormati, dan dicintai yang dirasakan individu dari orang-orang terdekatnya (Mufidah, 2017). Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap resiliensi, baik pada remaja dalam konteks akademik (Satyaninrum, 2019) maupun pada mahasiswa penerima beasiswa bidikmisi (Mufidah, 2017). Temuan tersebut mengindikasikan bahwa kualitas hubungan yang positif antara individu dan lingkungan sosialnya berkaitan dengan kemampuan penyesuaian diri yang adaptif, sehingga ketika individu memiliki relasi yang harmonis dengan lingkungan sekitarnya, kemampuannya untuk menyesuaikan diri dan menghadapi tantangan juga meningkat. Dukungan sosial berperan sebagai sumber dorongan, motivasi, dan bantuan dalam menyelesaikan permasalahan, yang pada akhirnya memperkuat kapasitas resiliensi individu dalam menghadapi berbagai kesulitan. Sejalan dengan itu, Reich et al. (2010) menyatakan bahwa individu yang memperoleh dukungan sosial yang memadai dari teman, keluarga, maupun lingkungan sekitar cenderung memiliki tingkat resiliensi yang lebih tinggi. Temuan berbeda oleh Maria (2017), yang menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak berpengaruh signifikan terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa.

Berdasarkan fenomena gap dan riset gap yang telah dipaparkan, maka judul yang diajukan di dalam penelitian ini adalah "Pengaruh *Self-Esteem*, Religiusitas, Optimisme, Regulasi Emosi, dan Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Akademik Mahasiswa Pendidikan Akuntansi Fakultas Ekonomika Dan Bisnis Universitas Negeri Semarang Angkatan 2022". Penelitian ini diharapkan dapat memperkuat hasil penelitian-penelitian terdahulu yang telah dilakukan sebelumnya. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan manfaat bagi mahasiswa yang mengalami masalah pada tingkat resiliensi akademiknya. Penelitian ini memiliki tujuan untuk menguji pengaruh *self-esteem*, religiusitas, optimisme, regulasi emosi, dan dukungan sosial terhadap resiliensi akademik mahasiswa Pendidikan Akuntansi Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas Negeri Semarang angkatan 2022.

METODE

Jenis pendekatan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif. Penelitian kuantitatif berfokus pada pengukuran data yang berupa angka dengan metode statistik sebagai dasar pengujian teori. Jenis penelitian deskriptif merupakan penelitian dengan metode untuk menggambarkan

dan memberi penjelasan pada hasil penelitian. Data dalam penelitian ini menggunakan data primer yang berasal dari jawaban responden melalui penyebaran kuesioner pada mahasiswa Pendidikan Ekonomi (Pendidikan Akuntansi) angkatan 2022. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Structural Equation Modeling* (SEM) atau model persamaan struktural dengan alat bantu analisis menggunakan *SmartPLS 4.0*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Pendidikan Akuntansi Universitas Negeri Semarang angkatan 2022 yang berjumlah 170 mahasiswa. Penentuan jumlah sampel pada penelitian ini menggunakan rumus pengambilan sampel dari Slovin. Sampel dalam penelitian adalah mahasiswa Pendidikan Akuntansi angkatan 2022 dengan jumlah sampel 120 responden yang ditentukan menggunakan metode pengambilan sampel yaitu *simple random sampling*.

Variabel resiliensi akademik diukur menggunakan indikator yang dikembangkan oleh (Cassidy, 2016), meliputi *perseverance* (kekuatan), *reflecting and adaptive help-seeking* (merefleksikan dan beradaptasi dalam mencari bantuan), *negative affect and emotional response* (pengaruh negatif dan respon emosional). Variabel *self esteem* diukur berdasarkan indikator yang dikemukakan oleh (Rosenberg, 1965) yang disebut dengan *Rosenberg Self Esteem Scale* yang terdiri dari *self acceptance* (penerimaan diri) dan *self respect* (penghargaan terhadap diri sendiri). Variabel religiusitas diukur dengan lima dimensi yang dikembangkan oleh (Glock & Stark, 1969) yang mencakup dimensi keyakinan (ideologis), dimensi peribadatan (ritual), dimensi pengalaman, dimensi pengetahuan agama, dan dimensi konsekuensi. Indikator yang digunakan untuk mengukur variabel optimisme pada penelitian ini merupakan temuan dari (Seligman, 2008) yang meliputi *permanence*, *pervasiveness*, dan *personalization*. Variabel regulasi emosi diukur dengan indikator yang telah dikembangkan oleh (Gross, 2007) yang terdiri dari empat indikator, yaitu kemampuan strategi regulasi emosi, kemampuan tidak terpengaruh emosi negatif, kemampuan mengontrol emosi, dan kemampuan menerima respon emosi. Adapun variabel dukungan sosial diukur berdasarkan temuan (Sarafino & Smith, 2010) yang terdiri dari dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, serta dukungan informasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil penelitian

Penelitian ini melibatkan 120 mahasiswa Pendidikan Akuntansi Universitas Negeri Semarang angkatan 2022. Analisis data digunakan menggunakan SEM-PLS untuk menguji pengaruh *self esteem*, religiusitas, optimisme, regulasi emosi, dan dukungan sosial.

Tabel 1. Hasil Analisis Deskriptif Variabel

Variabel	Min	Max	Std.Dev	Mean	Kriteria
Resiliensi Akademi	10	35	5,38	30,63	Sangat Tinggi
<i>Self Esteem</i>	8	25	4,19	21,53	Sangat Tinggi
Religiusitas	18	60	9,59	50	Sangat Tinggi
Optimisme	11	45	7,04	38,29	Sangat Tinggi
Regulasi Emosi	12	45	7,20	38,42	Sangat Tinggi
Dukungan Sosial	17	55	8,72	47,68	Sangat Tinggi

Sumber: Data Diolah (2026)

Hasil analisis deskriptif terhadap 120 mahasiswa Pendidikan Akuntansi Universitas Negeri Semarang angkatan 2022, menunjukkan variabel yang digunakan dalam penelitian ini dengan beberapa nilai yang digunakan yaitu nilai minimum, maksimum, dan standar deviasi, dan rata-rata (mean) dari masing-masing variabel. Berdasarkan hasil analisis deskriptif rata-rata (mean) setiap variabel termasuk kedalam kategori sangat tinggi dengan kelas interval masing-masing variabel. Hal tersebut menggambarkan bahwa resiliensi akademik, *self esteem*, religiusitas, optimisme, regulasi emosi, dan dukungan sosial yang dimiliki pada mahasiswa relatif baik. Hasil temuan ini juga mengindikasikan bahwa instrumen yang digunakan mampu merepresentasikan persepsi responden yang positif terhadap resiliensi akademik.

Tabel 2. Validitas dan Reliabilitas Konstruk

Variabel	AVE	Chonbach's alpha	Composite Reliability
Resiliensi Akademik	0,770	0,950	0,951
<i>Self Esteem</i>	0,794	0,935	0,935
Religiusitas	0,760	0,971	0,972
Optimisme	0,759	0,96	0,961
Regulasi Emosi	0,743	0,965	0,966
Dukungan Sosial	0,756	0,959	0,961

Sumber: Data Diolah (2026)

Pengujian validitas dan reliabilitas menunjukkan bahwa seluruh konstruk memenuhi kriteria kelayakan model. Berdasarkan hasil perhitungan yang ditunjukkan pada tabel 2 dapat diketahui bahwa seluruh nilai AVE bernilai > 0,50 serta seluruh variabel laten memiliki nilai cronbach's alpha dan composite reliability > 0,70, sehingga instrumen dinyatakan reliabel, konsisten, dan akurat.

Tabel 3. Validitas dan Reliabilitas Konstruk

Indikator	Nilai
SRMR	0,039
NFI	0,729
R-Square	0,930
Q ² Predictive Relevance	0,925

Sumber: Data Diolah (2026)

Nilai R² sebesar 0,930 menunjukkan bahwa 93% variasi resiliensi akademik dapat dijelaskan oleh variabel dalam model.

Tabel 4. Hasil Uji Pengaruh Langsung

Hubungan Antarvariabel	Original Sample	T Statistic	P Value	Keterangan
Self Esteem → Resiliensi Akademik	0,142	1,699	0,045	Berpengaruh Signifikan
Religiusitas → Resiliensi Akademik	0,193	1,899	0,029	Berpengaruh Signifikan
Optimisme → Resiliensi Akademik	0,202	1,829	0,034	Berpengaruh Signifikan
Regulasi Emosi → Resiliensi Akademik	0,136	1,297	0,097	Berpengaruh Tidak Signifikan
Dukungan Sosial → Resiliensi Akademik	0,318	3,510	0,000	Berpengaruh Signifikan

Sumber: Data Diolah (2026)

Berdasarkan hasil pengujian pengaruh langsung (*direct effect*) menggunakan metode *bootstrapping* pada *SmartPLS 4.0*, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar variabel independen berpengaruh positif dan signifikan terhadap resiliensi akademik. *Self esteem* ($\beta = 0,142$; $p = 0,045$), religiusitas ($\beta = 0,193$; $p = 0,029$), dan optimisme ($\beta = 0,202$; $p = 0,034$) terbukti memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap resiliensi akademik. Dukungan sosial

menunjukkan pengaruh positif dan signifikan dengan koefisien paling besar ($\beta = 0,318$; $p = 0,000$), yang mengindikasikan bahwa dukungan sosial merupakan prediktor paling dominan dalam meningkatkan resiliensi akademik mahasiswa. Sementara itu, regulasi emosi ($\beta = 0,136$; $p = 0,097$) tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap resiliensi akademik. Temuan ini mengindikasikan bahwa faktor internal berupa *self esteem*, religiusitas, dan optimisme, serta faktor eksternal berupa dukungan sosial, berperan penting dalam memperkuat resiliensi akademik mahasiswa, dengan dukungan sosial sebagai faktor yang paling berkontribusi, sedangkan regulasi emosi belum menunjukkan pengaruh yang signifikan dalam konteks penelitian ini.

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis pertama, dapat disimpulkan bahwa *self esteem* berpengaruh positif dan signifikan terhadap resiliensi akademik mahasiswa Pendidikan Akuntansi Universitas Negeri Semarang angkatan 2022, sehingga hipotesis yang diajukan dinyatakan diterima. Temuan ini menunjukkan bahwa individu dengan tingkat penghargaan diri yang tinggi memiliki kepercayaan diri yang lebih baik dalam menghadapi tantangan akademik, memandang hambatan sebagai sesuatu yang dapat diatasi, serta menunjukkan ketekunan dan daya juang yang lebih kuat dalam menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan. Dalam konteks akademik, *self esteem* berperan penting dalam membentuk sikap mahasiswa terhadap kegagalan, tekanan, dan tuntutan belajar. Resiliensi akademik sendiri merujuk pada kemampuan individu untuk bertahan dalam situasi sulit, bangkit dari keterpurukan, menghadapi kesulitan, serta beradaptasi secara efektif terhadap tekanan dalam bidang akademik (Sari & Indrawati, 2016). Resiliensi tidak hanya berkaitan dengan ketahanan emosional, tetapi juga mencakup aspek motivasi, regulasi diri, dan keyakinan terhadap kapasitas diri. Dalam hal ini, *self esteem* menjadi salah satu faktor internal yang memperkuat resiliensi individu, sebagaimana dikemukakan oleh Resnick et al. (2011) yang menyatakan bahwa *self esteem* merupakan faktor protektif yang berperan dalam membangun dan memperkuat resiliensi. Individu dengan *self esteem* yang tinggi cenderung mampu mengenali dan menerima dirinya, mengembangkan motivasi internal, serta mengarahkan perubahan yang terjadi dalam hidupnya ke arah yang lebih positif. *Self esteem* dan resiliensi akademik yang baik merupakan modal psikologis yang sangat dibutuhkan mahasiswa dalam menghadapi berbagai permasalahan akademik. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan temuan Sholichah et al. (2018) yang menyatakan bahwa harga diri berkontribusi terhadap resiliensi akademik, serta didukung oleh penelitian Wulandari & Istiani (2021) serta Chen et al. (2022) yang mengungkapkan bahwa *self esteem* berkorelasi positif dan berpengaruh terhadap resiliensi akademik, sehingga temuan tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *self esteem* mahasiswa, semakin kuat pula kemampuan resiliensi akademik yang dimilikinya dalam menghadapi dinamika dan tuntutan pembelajaran di perguruan tinggi.

Hasil pengujian hipotesis kedua, religiusitas berpengaruh positif dan signifikan terhadap resiliensi akademik mahasiswa Pendidikan Akuntansi

Universitas Negeri Semarang angkatan 2022, sehingga hipotesis yang diajukan dinyatakan diterima. Temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tingkat religiusitas yang tinggi cenderung lebih mampu mengelola stres akademik, mempertahankan harapan, serta bangkit dari berbagai permasalahan yang dihadapi dalam proses pembelajaran. Religiusitas memberikan kerangka makna dan nilai yang membantu individu dalam menyikapi kesulitan secara lebih adaptif, sehingga mampu meningkatkan ketangguhan dalam menghadapi tuntutan dan tantangan akademik. Secara teoretis, hasil penelitian ini sejalan dengan *grand theory* resiliensi yang dikemukakan oleh Kumpfer (2005), yang menyatakan bahwa salah satu faktor internal yang memengaruhi proses resiliensi adalah aspek spiritual individu, yang dalam penelitian ini direpresentasikan melalui variabel religiusitas. Kumpfer (2005) menjelaskan bahwa religiusitas sebagai sistem kepercayaan berfungsi memberikan motivasi dan kekuatan internal bagi individu untuk berupaya menyelesaikan masalah serta bertahan dalam situasi sulit. Kesesuaian antara kerangka teoretis resiliensi dan temuan empiris penelitian ini, menunjukkan bahwa religiusitas menjadi faktor protektif yang memperkuat resiliensi akademik. Hasil penelitian ini juga konsisten dengan temuan Rufaida & Widhiastuti (2020) yang menyatakan bahwa religiusitas berpengaruh positif dan signifikan terhadap resiliensi akademik, serta didukung oleh Shofi & Kardiyem (2021) yang mengungkapkan bahwa individu dengan religiusitas tinggi cenderung lebih mudah bersyukur, mampu menerima keadaan, dan memiliki tujuan hidup yang lebih terarah. Selain itu, hasil ini diperkuat oleh penelitian terdahulu lainnya yang menunjukkan adanya pengaruh positif dan signifikan religiusitas terhadap resiliensi akademik (Reich et al., 2010), (Fitriani, 2016), (Pahlevi & Salve, 2018).

Hipotesis ketiga yaitu, optimisme berpengaruh positif dan signifikan terhadap resiliensi akademik mahasiswa Pendidikan Akuntansi Universitas Negeri Semarang angkatan 2022, sehingga hipotesis yang diajukan dinyatakan diterima. Temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tingkat optimisme yang tinggi cenderung memiliki daya tahan akademik yang lebih baik dalam menghadapi berbagai kesulitan belajar, tekanan tugas, maupun hambatan selama proses perkuliahan. Individu yang bersikap optimis memiliki harapan positif terhadap hasil dari usaha yang dilakukan, sehingga ketika menghadapi permasalahan akademik mereka cenderung mampu mempertahankan upaya, tidak mudah menyerah, serta aktif mencari solusi yang konstruktif. Secara teoretis, hasil penelitian ini sejalan dengan perspektif psikologi positif yang menempatkan optimisme sebagai salah satu faktor utama pembentuk resiliensi individu dalam menghadapi stres dan tekanan (Seligman, 2006). Optimisme dipandang sebagai kemampuan untuk melihat peristiwa negatif sebagai sesuatu yang bersifat sementara dan dapat dikendalikan, sehingga individu mampu membangun kekuatan pribadi dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan, termasuk dalam konteks akademik. Dengan adanya optimisme, mahasiswa lebih mampu memaknai kesulitan sebagai bagian dari proses pembelajaran dan tetap memiliki harapan yang positif terhadap masa depan. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan temuan Davino

(2013) yang menunjukkan bahwa optimisme berhubungan signifikan dengan resiliensi pada mahasiswa generasi pertama, serta didukung oleh Annisa (2022) yang menyatakan bahwa sikap optimisme memiliki hubungan positif dan signifikan dengan resiliensi akademik pada mahasiswa Ilmu Keperawatan dalam menyelesaikan tugas akhir. Selain itu, penelitian terdahulu lainnya turut memperkuat temuan ini dengan menyatakan bahwa optimisme berpengaruh positif dan signifikan terhadap resiliensi akademik (Roellyna & Listiyandini, 2017), (Musafiri & Umroh, 2022), (Passela et al., 2023).

Hasil pengujian hipotesis keempat adalah, regulasi emosi tidak berpengaruh positif dan signifikan terhadap resiliensi akademik mahasiswa Pendidikan Akuntansi Universitas Negeri Semarang angkatan 2022, sehingga hipotesis yang diajukan dinyatakan ditolak. Temuan ini menunjukkan bahwa peningkatan kemampuan regulasi emosi tidak secara langsung diikuti oleh peningkatan resiliensi akademik, sehingga dalam konteks penelitian ini, regulasi emosi tidak terbukti sebagai faktor psikologis yang secara langsung memengaruhi resiliensi akademik. Meskipun secara konseptual regulasi emosi sering dikaitkan dengan kemampuan individu dalam mengelola stres dan tekanan, hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa mahasiswa dapat tetap menunjukkan ketahanan akademik tanpa harus menjadikan regulasi emosi sebagai faktor penentu utama. Hasil ini sejalan dengan penelitian Khoirunnia' & Jannah (2014) yang menemukan tidak adanya hubungan signifikan antara regulasi emosi dan resiliensi pada atlet renang, di mana individu tetap mampu keluar dari tekanan tanpa mekanisme regulasi emosi yang dominan. Temuan serupa juga dikemukakan oleh Pahlevi & Salve (2018) yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara regulasi emosi dan resiliensi akademik pada mahasiswa perantau yang tinggal di kos. Selain itu, Fletcher & Sarkar (2012) mengidentifikasi lima faktor utama yang memengaruhi resiliensi psikologis, dan regulasi emosi tidak termasuk di dalamnya, sehingga memperkuat argumentasi bahwa resiliensi dapat dipengaruhi oleh faktor lain yang lebih dominan. Penelitian (Janetiana, 2024) juga menyebutkan bahwa resiliensi dapat tumbuh tanpa adanya regulasi emosi yang kuat, sehingga hubungan keduanya tidak selalu signifikan. Dalam konteks mahasiswa Pendidikan Akuntansi angkatan 2022, resiliensi akademik lebih mungkin dipengaruhi oleh faktor internal maupun eksternal lainnya dibandingkan oleh regulasi emosi secara langsung.

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis kelima, ditemukan bahwa dukungan sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap resiliensi akademik mahasiswa Pendidikan Akuntansi Universitas Negeri Semarang angkatan 2022, sehingga hipotesis yang diajukan dinyatakan diterima. Temuan ini menunjukkan bahwa hubungan positif antara individu dan lingkungan sosialnya berkontribusi terhadap kemampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri secara adaptif terhadap tuntutan dan tekanan akademik. Dukungan sosial berperan sebagai sumber dorongan, motivasi, serta bantuan nyata maupun emosional yang membantu individu dalam menyelesaikan masalah dan menghadapi tantangan perkuliahan. Mahasiswa yang memperoleh dukungan sosial yang memadai—baik dari keluarga, teman sebaya, maupun lingkungan akademik—cenderung

memiliki tingkat resiliensi yang lebih tinggi, yaitu kemampuan untuk bangkit kembali setelah mengalami kesulitan akademik, dibandingkan dengan mahasiswa yang menerima dukungan sosial yang rendah. Hal ini sejalan dengan pendapat Mufidah (2017) yang menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan perasaan nyaman, diperhatikan, dihargai, dihormati, dan dicintai oleh orang-orang terdekat, serta terbukti berpengaruh positif dan signifikan terhadap resiliensi pada mahasiswa bidikmisi. Temuan penelitian ini juga konsisten dengan hasil penelitian Satyaninrum (2019) yang mengungkapkan bahwa dukungan sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap resiliensi akademik, yang berarti semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi pula tingkat resiliensi individu. Siregar et al. (2022) turut menegaskan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh positif terhadap resiliensi. Dukungan sosial dapat dipandang sebagai faktor eksternal yang krusial dalam memperkuat resiliensi akademik mahasiswa, karena keberadaan jaringan sosial yang suportif mampu meningkatkan keyakinan diri, ketahanan psikologis, serta kemampuan adaptasi dalam menghadapi dinamika pembelajaran di perguruan tinggi.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa *self esteem*, religiusitas, optimisme, dan dukungan sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap resiliensi akademik, namun regulasi emosi tidak berpengaruh signifikan terhadap resiliensi akademik. *Self esteem* menjadi faktor internal penting yang mendukung ketahanan mahasiswa dalam proses pembelajaran. Religiusitas memberikan kontribusi melalui ketenangan batin, makna hidup, dan mekanisme koping yang lebih baik sehingga mahasiswa mampu mengelola stres akademik. Optimisme mendorong mahasiswa untuk memandang tantangan sebagai sesuatu yang dapat diatasi serta mempertahankan harapan positif. Dukungan sosial menjadi variabel dengan pengaruh kuat karena bantuan dari keluarga, teman, dan lingkungan sekitar mampu meningkatkan ketahanan mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik. Sedangkan, regulasi emosi tidak menunjukkan pengaruh langsung terhadap resiliensi akademik, yang mengindikasikan bahwa resiliensi dapat terbentuk melalui faktor lain tanpa harus bergantung pada regulasi emosi.

Berdasarkan hasil penelitian, mahasiswa disarankan untuk meningkatkan *self esteem* melalui pengenalan potensi diri dan penerimaan terhadap keterbatasan, memperkuat religiusitas sebagai sumber kekuatan internal serta menumbuhkan sikap optimisme dalam menghadapi proses pembelajaran. Mahasiswa perlu memanfaatkan dukungan sosial dengan menjaga hubungan yang baik dengan keluarga, teman, dan dosen, mengingat dukungan sosial memberikan pengaruh besar terhadap resiliensi akademik. Meskipun regulasi emosi tidak berpengaruh signifikan secara langsung, kemampuan tersebut tetap penting untuk menjaga keseimbangan mental selama perkuliahan. Bagi penelitian selanjutnya, disarankan untuk menambahkan variabel lain yang berpotensi mempengaruhi resiliensi akademik.

DAFTAR PUSTAKA

Alva, S. A. (1991). Academic Invulnerability Among Mexican-American Students:

- The Importance of Protective Resources and Appraisals. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*, 13(1), 18–34. <https://doi.org/10.1177/07399863910131002>
- Annisa, R. (2022). Relationship of Optimism Attitude with Academic Resilience Indevolving Final Assignments of Nursing Science Students. *NLN Publications*, 8(16–1538), 107–112. <https://doi.org/https://doi.org/10.33755/jkk.v8i3.358>
- Cassidy, S. (2016). The Academic Resilience Scale (ARS-30): A New Multidimensional Construct Measure. *Frontiers in Psychology*, 7(NOV), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01787>
- Caton, M. T. (2021). The impact of spirituality, social support, and self-esteem on the resilience of Haitian nurses: Implications for nursing education. *Archives of Psychiatric Nursing*, 35(2), 206–212. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2020.08.006>
- Chen, W., Lin, Y., Yu, X., Zheng, W., Wu, S., Huang, M., & Chen, W. (2022). The Relationship between Bicultural Identity Integration , Self-Esteem , Academic Resilience , Interaction Anxiousness , and School Belonging among University Students with Vocational Qualifications. *International Journal of Environmental Research and Public Health Article*. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/ijerph19063632>
- Davino, D. F. (2013). Resilient First-Generation College Students: A Multiple Regression Analysis Examining the Impact of Optimism, Academic Self-Efficacy, Social Support, Religiousness, and Spirituality on Perceived Resilience. *ProQuest Dissertations and Theses, Ph.D.* <https://doi.org/https://doi.org/10.33915/etd.586>
- Fitriani, A. (2016). Peran Religiusitas Dalam Meningkatkan Psychological Well Being. *Al-Adyan: Jurnal Studi Lintas Agama*, 11(1), 57–80. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24042/ajsla.v11i1.1437>
- Fletcher, D., & Sarkar, M. (2012). A grounded theory of psychological resilience in Olympic champions. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(5), 669–678. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.04.007>
- Gatt, J. M., Alexander, R., Emond, A., Foster, K., Hadfield, K., Mason-Jones, A., Reid, S., Theron, L., Ungar, M., Woudes, T. A., & Wu, Q. (2020). Trauma, Resilience, and Mental Health in Migrant and Non-Migrant Youth: An International Cross-Sectional Study Across Six Countries. *Frontiers in Psychiatry*, 10(March), 1–15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00997>
- Gilligan, R. (2007). Adversity, resilience and the educational progress of young people in public care. *Emotional and Behavioural Difficulties*, 12, 135–145. <https://doi.org/10.1080/13632750701315631>
- Glock, C. Y., & Stark, R. (1969). *Religion and Society In Tension*. Rand Mc Nally Company. <https://doi.org/https://doi.org/10.2307/3710391>
- Gross, J. J. (2007). *Handbook of Emotion Regulation*. The Guilford Press. <https://doi.org/https://dx.doi.org/10.1080/21662630.2014.953321>
- Janetiana, M. T. (2024). Hubungan Antara Regulasi Emosi Dan Resiliensi Pada Guru Sekolah Luar Biasa. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 4, 6236–6244. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>
- Kapıkıran, Ş., & Acun-Kapıkıran, N. (2016). Optimism and psychological resilience in

- relation to depressive symptoms in university students: Examining the mediating role of self-esteem. *Kuram ve Uygulamada Egitim Bilimleri*, 16(6), 2087–2110. <https://doi.org/10.12738/estp.2016.6.0107>
- Khoirunnia', K., & Jannah, M. (2014). Hubungan antara regulasi emosi dan konsentrasi terhadap resiliensi pada atlet renang. *Character : Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(2), 1–7. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/10975>
- Kumpfer, K. L. (2005). *Factors and processes contributing to resilience*. 179–224, 6–7. https://doi.org/10.1007/0-306-47167-1_9
- Luthfiyanni, N., & Kumalasari, D. (2020). *ORIENTASI KONFORMITAS ATAU ORIENTASI DIALOG: MEMBANGUN RESILIENSI AKADEMIK MELALUI POLA KOMUNIKASI KELUARGA*. <http://conference.um.ac.id/index.php/psi/article/view/48>
- Mangunsong, F. M., & Hartuti. (2009). Pengaruh Faktor-Faktor Protektif Internal dan Eksternal pada Resiliensi Akademis Siswa Penerima Bantuan Khusus Murid Miskin (BKMM) di SMA Negeri di Depok. *Psikologi Indonesia*, 6(2), 107–119.
- Martin, A. J., & Marsh, H. W. (2009). Academic resilience and academic buoyancy: Multidimensional and hierarchical conceptual framing of causes, correlates and cognate constructs. *Oxford Review of Education*, 35(3), 353–370. <https://doi.org/10.1080/03054980902934639>
- Mufidah, A. C. (2017). Hubungan Antara Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Mahasiswa Bidikmisi Dengan Mediasi Efikasi Diri. *Jurnal Sains Psikologi*, 6(2), 69–75. <https://doi.org/10.17977/um023v6i22017p069>
- Musafiri, M. R. Al, & Umroh, N. M. (2022). Hubungan Optimisme Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal At-Taujih*, 2(2), 70–84.
- Pahlevi, G. R., & Salve, H. R. (2018). Regulasi Emosi Dan Resiliensi Pada Mahasiswa Merantau Yang Tinggal Di Tempat Kos. *Jurnal Psikologi*, 11(2), 180–189. <https://doi.org/10.35760/psi.2018.v11i2.2263>
- Passela, L. H., Yusra, Z., Psikologi, D., Psikologi, F., Kesehatan, D., & Padang, U. N. (2023). Kontribusi Optimisme Terhadap Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 3, 10527–10537. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/1625/1204>
- Reich, J. W., Zautra, A. J., & Hall, J. S. (2010). Handbook of adult resilience. In *Handbook of adult resilience*. <http://ovidsp.ovid.com/ovidweb.cgi?T=JS&PAGE=reference&D=psyc7&NEWS=N&AN=2010-10101-000>
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). The Resilience Factor. *Aviation Week and Space Technology*, 180(15), 52–54. https://doi.org/10.1057/9780230522800_25
- Resnick, B., Gwyther, L. P., & Roberto, K. A. (2011). Resilience in aging: Concepts, research, and outcomes. In *Resilience in Aging: Concepts, Research, and Outcomes*. <https://doi.org/10.1007/978-1-4419-0232-0>
- Roellyna, S., & Listiyandini, R. A. (2017). *Peranan Optimisme terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengerjakan Skripsi*.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the Adolescent Self-Image*. Princeton University Press. <https://doi.org/doi:10.1515/9781400876136>

- Rufaida, & Widhiastuti, R. (2020). Peran Locus of Control Memoderasi School Engagement, Religiusitas, Dan Teman Sebaya Terhadap Resiliensi Akademik. *Economic Education Analysis Journal*, 3(1), 1–18. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/eeaj>
- Santi, D. E., Arifiana, I. Y., & Ubaidillah, F. A. (2022). Religiusitas, Regulasi Emosi dan Resiliensi Santri selama Pandemi COVID-19 dengan Dukungan Sosial sebagai Variabel Mediator. *Briliant: Jurnal Riset Dan Konseptual*, 7(1), 123. <https://doi.org/10.28926/briliant.v7i1.829>
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2010). *Health Psychology; Biopsychosocial Interactions*. Wiley.
- Sari, P. K. P., & Indrawati, E. S. (2016). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir Jurusan X Fakultas Teknik Universitas Diponegoro. *Empati*, 5(April), 177–182. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/14979/14478>
- Satyaninrum, I. R. (2019). Pengaruh school engagement, locus of control, dan social support terhadap resiliensi akademik remaja. *TAZKIYA: Journal of Psychology*, 2(1), 1–20. <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v2i1.10749>
- Seligman, M. E. P. (2006). *Learned Optimism; How to Change Your Mind and Your Life*. Vintage Books.
- Seligman, M. E. P. (2008). *The Optimistic Child*. PT. Mizan.
- Sembiring, M., & Tarigan, T. (2022). Hubungan Regulasi Emosi dengan Resiliensi Akademik Siswa SMA Seminari Menengah Pematangsiantar. *Jurnal Penelitian Pendidikan Agama Katolik*, 2(2), 131–147. <https://doi.org/10.52110/jppak.v2i2.56>
- Setiawan, A., & Pratitis, N. T. (2016). Setiawan & Pratitis (2015) Religiusitas, Dukungan Sosial dan Resiliensi Korban Lumpur Lapindo Sidoarjo. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*, 4(02). <https://doi.org/https://doi.org/10.30996/persona.v4i02.555>
- Shofi, E., & Kardiym. (2021). Peran Self Efficacy Memoderasi Religiusitas, Social Support dan Self Disclosure Terhadap Resiliensi Akademik. *Economic Education Analysis Journal*, 1–14.
- Sholichah, I. F., Paulana, A. N., & Putri, F. (2018). Self-esteem dan resiliensi akademik mahasiswa. *Proceeding National Conference Psikologi UMG*, 1(1), 191–197. <http://journal.umg.ac.id/index.php/proceeding/article/view/920>
- Siregar, N. P. S., Menanti, A., & Hasanuddin. (2022). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Regulasi Diri Belajar Terhadap Resiliensi pada Siswa SMA Tunas Harapan Mandiri Rantau Prapat. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 5(1), 284–292. <https://doi.org/10.34007/jehss.v5i1.1200>
- Srisayekti, W., & Setiady, D. A. (2015). Harga-diri (Self-esteem) Terancam dan Perilaku Menghindar. *Jurnal Psikologi*, 42(2), 141. <https://doi.org/10.22146/jpsi.7169>
- Sukmaningpraja, A., & Santhoso, F. H. (2018). Peran Regulasi Emosi Terhadap Resiliensi pada Siswa Sekolah Berasrama Berbasis Semi Militer. *Gadiah Journal of Psychology (GamaJoP)*, 2(3), 184. <https://doi.org/10.22146/gamajop.36944>

- Theresya, D., & Setiyani, R. (2022). *PENGARUH SELF ESTEEM DAN SOCIAL SUPPORT TERHADAP RESILIENSI AKADEMIK MAHASISWA DENGAN SELF EFFICACY*. 1–19.
- Utami, C. T. (2017). Self-Efficacy dan Resiliensi: Sebuah Tinjauan Meta-Analisis. *Buletin Psikologi*, 25(1), 54–65.
<https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.18419>
- Wulandari, A. P. J., & Istiani. (2021). The effect of self-esteem and self-efficacy on the academic resilience of undergraduate students in Jakarta. *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*, 729(1).
<https://doi.org/10.1088/1755-1315/729/1/012094>