

Dukungan Sosial dan Religiusitas Berhubungan dengan Resiliensi Akademik

Wardatul Jadidah¹, Suratmi², Nurul Hikmatul Qowi³, Anis Fauziah⁴

^{1,2,3,4}Universitas Muhammadiyah Lamongan

Email: wardahjadidah@gmail.com

Abstrak

Mahasiswa semester akhir memiliki tingkat tekanan akademik yang lebih kompleks dibandingkan mahasiswa semester sebelumnya. Banyak mahasiswa akhir yang memiliki resiliensi akademik rendah karena tidak mampu menghadapi beban tugas dan tekanan akademik yang dimilikinya. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis hubungan dukungan sosial dan religiusitas dengan resiliensi akademik mahasiswa akhir S1 Keperawatan. Metode penelitian menggunakan desain *cross-sectional* dengan jenis penelitian studi korelatif. Populasi penelitian berjumlah 179 mahasiswa yang dipilih secara acak menggunakan teknik *stratified random sampling* dan didapatkan sampel sebanyak 122 mahasiswa. Data diambil menggunakan kuesioner MSPSS, CRS-15, dan ARS-Indonesia. Hasil penelitian setelah dianalisis menggunakan uji Spearman's didapatkan nilai p untuk hubungan sosial dengan resiliensi akademik 0,01 dengan $r = 0,287$. Dan untuk hubungan religiusitas dengan resiliensi akademik didapatkan nilai $p = 0,00$ dengan $r = 0,577$. Artinya ada hubungan antara dukungan sosial dan religiusitas dengan resiliensi akademik pada mahasiswa akhir S1 keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan. Resiliensi akademik dapat ditingkatkan dengan keterlibatan mahasiswa dalam mengikuti kegiatan kemahasiswaan dari kampus untuk meningkatkan dukungan sosial sehingga kebutuhan dukungan sosial terpenuhi. Mahasiswa dapat meningkatkan religiusitas dengan cara istiqamah mengikuti kegiatan keagamaan.

Kata Kunci: Dukungan Sosial, Religiusitas, Resiliensi Akademik

Abstract

Final-Year students face more complex academic pressures compared to students in earlier semesters. Many final-semester students have a low academic resilience because they are unable to cope with their academic workload and pressures. The purpose of this study was to analyze the relationship between social support and religiosity with academic resilience among final-year undergraduate nursing students. The research method used a cross-sectional design with a correlational study type. The study population consisted of 179 students selected randomly using stratified random sampling, yielding a sample of 122 students. The data for this study were collected using the MSPSS, CRS-15, and ARS-Indonesia questionnaires. After analysis using Spearman's correlation test, the P-value for the relationship between social support and academic resilience was 0.01 with $r = 0.287$. For the relationship between religiosity and academic resilience, a P-value = 0.00 was obtained with $r = 0.577$. This indicates a relationship between social support and religiosity with academic resilience among final-year undergraduate nursing students at Muhammadiyah University of Lamongan. Academic resilience can be enhanced by encouraging students to participate in campus activities to increase social support, thereby meeting their need for social support. Students can strengthen their religious devotion by consistently participating in religious activities.

Keywords: Academic Resilience, Religiosity, Social Support

1. PENDAHULUAN

Resiliensi akademik menjadi konstruk psikologis dalam kehidupan mahasiswa, khususnya saat mahasiswa dihadapkan dengan berbagai tantangan dan tekanan akademik [1]. Menurut Abdelrahman *et al.* (2025) resiliensi akan tampak secara nyata ketika mahasiswa

dihadapkan pada keadaan sulit yang dapat memicu stres, kemampuan dalam mengelola stres tersebut kemudian berpotensi mengarah pada adaptasi positif yang dikenal sebagai resiliensi [2]. Fenomena ini paling banyak diamati pada mahasiswa tingkat akhir karena memiliki beban akademik yang lebih kompleks, termasuk tuntutan untuk menyelesaikan tugas akhir [3]. Ali *et al.* (2023) menyatakan bahwa mahasiswa sarjana keperawatan tingkat akhir bukan hanya dituntut untuk menyelesaikan tugas akhir tetapi juga harus mempersiapkan praktik klinik profesi ners, ujian komprehensif dan evaluasi prestasi yang berkelanjutan [4]. Kesulitan-kesulitan tersebut seringkali menjadikan mahasiswa mengalami *stress* dan *burnout* yang berdampak pada penurunan resiliensi dan motivasi untuk menyelesaikan tugas akhir [5].

Resiliensi akademik merupakan sebuah respon yang dilakukan oleh individu untuk mengatasi kesulitan akademik yang sedang dialaminya [6]. Berdasarkan meta analisis yang dilakukan di 18 negara menemukan sebanyak 13.931 (36%) mahasiswa memiliki prevalensi resiliensi akademik yang rendah [7]. Di Indonesia didapatkan sebanyak 51% mahasiswa tingkat akhir yang memiliki tingkat resiliensi akademik yang buruk [8]. Hasil riset yang dilakukan oleh Elnaem *et al.* (2024) mahasiswa Indonesia merupakan mahasiswa dengan tingkat resiliensi akademik terendah dari 12 negara yang diteliti [9].

Menurut Allen *et al.* (2021) Mahasiswa yang memiliki resiliensi akademik rendah cenderung lebih mudah mengalami *stress* akademik, kelelahan mental dan fisik (*burnout*), dan cenderung menunda-nunda (prokrastinasi) dalam menyelesaikan tugas akhir yang dapat memperlambat kelulusannya sehingga memungkinkan mahasiswa untuk di-*drop out* dari perkuliahan [10]. Mahasiswa akhir yang tidak mampu bertahan dalam menyelesaikan beban akademik juga cenderung akan mengisolasi diri karena kurangnya kepercayaan diri dalam bidang akademik dan memiliki perilaku mudah menyerah atau menghindari masalah [11].

Resiliensi akademik dipengaruhi oleh beberapa faktor internal dan eksternal seperti efikasi diri, optimisme, regulasi diri, spiritualitas, religiusitas, dukungan sosial, dan lingkungan sekolah [12]-[13]. Menurut Sarafino *et al.* (2020) Dukungan dari keluarga, teman sebaya, atau mentor akademik mampu mendorong mahasiswa memiliki pola pikir yang positif dan menemukan strategi *adaptive* dalam menghadapi tantangan sehingga mahasiswa mampu beradaptasi dengan baik [14]. selain dukungan sosial yang didapatkan, mahasiswa yang memiliki keyakinan beragama dan melakukan praktik religius seperti berdoa diketahui lebih memiliki ketenangan batin, menjadi yakin terhadap pertolongan Tuhan, serta memiliki motivasi untuk tetap berusaha dan bersabar dalam menghadapi kesulitan [15]. Hal tersebut menjadi dasar dilakukannya riset ini dengan dukungan sosial sebagai penopang eksternal dan religiusitas membantu ketahanan diri dari internal bersama-sama membantu memperkuat kemampuan mahasiswa untuk tetap bertahan dalam menghadapi kesulitan akademik.

Berdasarkan studi pendahuluan pada 20 mahasiswa S1 Keperawatan tingkat akhir Universitas Muhammadiyah Lamongan didapatkan data 55% responden menyatakan bahwa tidak mampu menguatkan diri saat pengerjaan skripsi. 25% mahasiswa semester akhir juga menunjukkan merasa tidak mampu menyesuaikan diri dengan kondisi saat ini dan tidak mampu membangun motivasi belajar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dan religiusitas dengan resiliensi akademik mahasiswa akhir S1 Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan.

2. METODE PENELITIAN

Metode yang dipilih dalam penelitian ini menggunakan desain non eksperimental *cross-sectional* dengan jenis penelitian studi korelatif yaitu menganalisis hubungan antara variabel dependen dan independen. Populasi dalam penelitian ini yaitu sebanyak 179 mahasiswa akhir S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan. Pengambilan sampel ditentukan menggunakan teknik *stratified random sampling* dan dipatkan sebanyak 122 mahasiswa akhir S1 Keperawatan. Kriteria inklusi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu merupakan

mahasiswa semester 8 yang bersedia mengisi kuisiener yang dibagikan. Sedangkan kriteria eksklusinya yaitu mahasiswa semester 8 yang sedang cuti dan mahasiswa yang tidak mengisi kuisiener dengan lengkap. Variabel independen dalam penelitian ini adalah dukungan sosial yang diukur menggunakan instrumen MSPSS (*Multidimensional Scale of Perceived Social Support*) dan religiusitas yang juga diukur menggunakan instrumen CRS-15 (*Centrality of Religiosity Scale*). Dan variabel dependennya yaitu resiliensi akademik yang diukur menggunakan kuisiener *Academic Resilience Scale* (ARS-Indonesia). Pengumpulan data dilakukan variabel dilakukan dalam satu waktu secara bersamaan. Pengumpulan data dilakukan dengan cara mengirimkan link kuisiener *Google Form* kepada responden penelitian. Analisis data dilakukan menggunakan uji *correlation* di *software* SPSS. Penelitian dilakukan pada bulan Januari–Februari 2026. Penelitian ini telah diadakan uji etik dan dinyatakan laik etik oleh komisi etik dengan no. 046/EC/KEPC-S1/03/2026.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil Penelitian

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Data Umum Karakteristik Responden

Variabel	<i>f</i>	(%)
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	29	23,8
Perempuan	93	76,2
Usia		
20	6	4,9
21	69	56,6
22	40	32,8
23	7	5,7
Kelas		
Keperawatan 8A	42	34,4
Keperawatan 8B	38	31,2
Keperawatan 8C	42	34,4
Total	122	100

Sumber: Data Primer, 2026

Dari Tabel 1 dijelaskan mayoritas responden berjenis kelamin perempuan (76,2%), sebagian besar responden berusia 21 tahun (56,6%), dan rata-rata responden berasal dari kelas 8A dan 8C (34,4%).

Tabel 2. Tabulasi Silang Hubungan Dukungan Sosial dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa

Dukungan Sosial	Resiliensi Akademik						Total	
	Tinggi		Sedang		Rendah			
	<i>N</i>	%	<i>N</i>	%	<i>N</i>	%	<i>N</i>	%
Tinggi	50	40,9	29	23,8	1	0,8	80	65,5
Sedang	17	13,9	22	18,1	0	0	39	32
Rendah	1	0,8	2	1,6	0	0	3	2,4
Total	68	55,7	53	43,5	1	0,8	122	100

Sumber: Data Primer, 2026

Pada Tabel 2 hasil tabulasi silang menunjukkan mahasiswa yang memiliki dukungan sosial yang tinggi cenderung memiliki tingkat resiliensi akademik yang tinggi juga yaitu terdapat 50 mahasiswa (40,9%).

Tabel 3. Tabulasi Silang Hubungan Religiusitas dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa

Religiusitas	Resiliensi Akademik						Total	
	Tinggi		Sedang		Rendah			
	N	%	N	%	N	%	N	%
Tinggi	54	44,2	23	18,9	0	0	77	63,1
Sedang	14	11,5	30	24,6	1	0,8	45	36,9
Rendah	0	0	0	0	0	0	0	0
Total	68	55,7	53	43,5	1	0,8	122	100

Sumber: Data Primer, 2026

Pada Tabel 3 didapatkan hasil tabulasi silang yang menyatakan mahasiswa yang memiliki tingkat religiusitas tinggi juga cenderung memiliki tingkat religiusitas yang tinggi yaitu terdapat 54 mahasiswa (44,2%).

Tabel 4 Uji Korelasi Hubungan Dukungan Sosial dan Religiusitas dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa

Uji korelasi	Korelasi Koefisien (r)	P-value (p)
Dukungan Sosial dengan Resiliensi Akademik	0,287	0,01
Religiusitas dengan Resiliensi Akademik	0,577	0,00

Sumber: Data Primer, 2026

Pada Tabel 4 didapatkan hasil uji korelasi variabel menunjukkan p (0,01) dan p (0,00) yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan religiusitas dengan resiliensi akademik pada mahasiswa akhir S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan dengan korelasi koefisien 0,28 dan 0,57 yang artinya kekuatan korelasi cukup dan kuat dengan arah yang positif.

b. Pembahasan

1). Dukungan Sosial Mahasiswa Akhir S1 Keperawatan

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar mahasiswa akhir S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan mendapatkan dukungan sosial yang tinggi. Dukungan sosial meliputi dukungan yang didapatkan dari keluarga, teman, dan dosen menjadi pelindung mahasiswa dari stres dan membuat mahasiswa merasa dicintai [12]. Dukungan sosial memiliki 3 indikator yaitu dukungan keluarga, teman, dan orang spesial. Dalam penelitian ini indikator tertinggi yaitu dukungan keluarga. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi dan Kumalasari (2021) menunjukkan hasil bahwa dukungan dari orang tua merupakan dukungan yang sangat mempengaruhi resiliensi akademik mahasiswa, kehadiran emosional dan dorongan memberikan perlindungan bagi mahasiswa ketika menghadapi tekanan akademik [16]. Dukungan sosial dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti kebuTuhan fisik, kebuTuhan sosial, dan kebuTuhan psikis [17]. Dukungan sosial yang baik akan meningkatkan kepercayaan diri dan efikasi diri mahasiswa, membantu mahasiswa manajemen waktu dengan baik, dan melindungi mahasiswa dari rasa stres dan cemas karena adanya dukungan dari lingkungan sekitarnya mahasiswa mampu beradaptasi terhadap beban akademik dan selamat dari perilaku prokrastinasi akademik [18]-[20].

2). Religiusitas Mahasiswa Akhir S1 Keperawatan

Mahasiswa akhir S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan cenderung memiliki tingkat religiusitas yang baik. Berdoa/beribadah dan meditasi secara personal mengekspresikan bentuk dasar dari ketaatan individu beragama [21]. Nilai-nilai keagamaan atau keyakinan terhadap pertolongan Sang Ilahi dapat mendorong sikap bertahan dan tetap

kokoh dalam menghadapi beban tugas dan tekanan akademik [22]. Nilai keagamaan juga mampu meningkatkan minat mahasiswa untuk berprestasi dan memperkuat komitmen terhadap tujuan yang ingin dicapainya dalam bidang akademik mahasiswa [23].

Religiusitas didefinisikan sebagai perwujudan individu dari agama yang dianutnya, yaitu segolongan kepercayaan dan praktik ibadah yang diatur dan diinternalisasi oleh sebuah agama lalu ditampilkan melalui perbuatan baik secara individu maupun publik [24]. Religiusitas dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti pendidikan, pengalaman, kehidupan, dan intelektual yang dimiliki oleh masing-masing individu [22].

Tingkat religiusitas yang dimiliki mahasiswa memiliki dampak terhadap keseharian mahasiswa. Dampak dari religiusitas yang baik dapat meningkatkan ketahanan akademik mahasiswa, membantu mahasiswa mengelola stres dan rasa cemas, membantu mahasiswa memiliki karakter moral yang baik, dan memotivasi mahasiswa dalam belajar [23], [25]-[27].

3). Resiliensi Akademik Mahasiswa Akhir S1 Keperawatan

Dari data hasil penelitian ditemukan bahwa sebagian besar mahasiswa akhir S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan memiliki tingkat resiliensi akademik yang cukup tinggi. Meskipun demikian ada sebagian mahasiswa yang menyatakan tidak yakin dengan dirinya sendiri hingga merasa kecewa, depresi, dan memiliki sedikit peluang sukses. Afek negatif dan respon emosional menghambat mahasiswa dalam mengelola *coping* emosional mereka untuk tetap tenang dalam mencari solusi ketika menghadapi suatu kegagalan dan mendorong mahasiswa untuk terlarut dalam perasaan negatifnya [28]. Individu yang tidak mampu mengolah afek negatif dengan baik dapat menurunkan tingkat resiliensi akademik yang dimilikinya.

Resiliensi akademik atau ketahanan akademik dianggap sebagai respon positif terhadap tekanan dan pengalaman negatif yang terjadi di dalam hidup seseorang yang sedang dalam proses akademik [29]. Resiliensi akademik sangat berpengaruh terhadap kehidupan sehari-hari mahasiswa. Dampaknya mahasiswa yang memiliki resiliensi akademik rendah akan mengalami distress psikologi, *burnout* akademik, stres akademik, kehilangan motivasi, prokrastinasi akademik, dan kehilangan kemampuan mencari bantuan *adaptive* [11], [30]-[33].

4). Hubungan Dukungan Sosial dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa

Hasil uji korelasi ($p = 0,01$; $r = 0,287$) menjelaskan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan yang signifikan dengan resiliensi akademik dengan kekuatan korelasi yang cukup dan positif. Kata lainnya, semakin baik dukungan sosial yang diterima mahasiswa maka semakin tinggi resiliensi akademik yang dimiliki mahasiswa. Caldwell, (2025) memaparkan dukungan sosial menjadi salah satu faktor protektif utama yang mampu meningkatkan ketahanan akademik mahasiswa saat menghadapi berbagai tantangan akademik [34]. Hal ini berarti dengan dukungan sosial yang didapatkan dari lingkungan sekitar mampu meningkatkan kemampuan individu untuk tetap resilien saat menghadapi suatu permasalahan. Bagi mahasiswa akhir yang sedang menyelesaikan skripsi, dukungan sosial berperan sebagai sumber daya eksternal yang membantu meningkatkan resiliensi akademik mahasiswa dalam menghadapi hambatan seperti ketika mengalami kebuntuan penulisan, kritik pembimbing, dan tekanan target kelulusan [35].

Conservation of resources theory menjelaskan bahwa dukungan sosial merupakan sumber daya eksternal yang dapat mencegah mahasiswa kehilangan sumber daya internalnya seperti harga diri dan optimisme. Sependapat dengan Efendi *et al.* (2023) hal ini membantu mahasiswa dalam berupaya meningkatkan resiliensi akademik yang mereka miliki [36]. Mahasiswa yang menerima dukungan sosial yang kuat memiliki persepsi yang lebih positif dalam memandang tantangan akademik, merasa dihargai secara emosional, dan lebih resilien dalam situasi penuh tuntutan [34]. Riset ini membuktikan dukungan sosial memiliki peranan

penting dalam memperbaiki resiliensi akademik mahasiswa. Dukungan sosial yang didapatkan dari jaringan sosialnya akan membuat mahasiswa merasa aman, dicintai, dihargai, dan meningkatkan ketenangan yang dapat membangun motivasi mahasiswa. Dengan dukungan sosial yang diterima mahasiswa dapat memiliki motivasi dan yakin atas kemampuan dirinya untuk menyelesaikan tugas perkuliahan. Adanya bantuan yang didapatkan saat mahasiswa mengalami kesulitan melindungi mahasiswa dari rasa putus asa dan kesepian. Hal ini dapat membantu mahasiswa mempertahankan tekad untuk terus bertahan dan berusaha meraih tujuan kesuksesannya. Oleh karena itu dukungan sosial sangat dibutuhkan mahasiswa akhir untuk meningkatkan resiliensi akademiknya.

5). Hubungan Religiusitas dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa

Hasil uji korelasi ($p = 0,0$; $r = 0,577$) menjelaskan bahwa religiusitas memiliki hubungan yang signifikan dengan resiliensi akademik dengan koefisien korelasi yang kuat dan positif. Maknanya tingkat resiliensi akademik cenderung meningkat sejalan dengan meningkatnya tingkat religiusitas mahasiswa.

Coping religius memiliki efek negatif terhadap stres akademik, artinya semakin tinggi *coping* religiusitas maka akan semakin rendah stres akademik yang dialami mahasiswa. Rendahnya stres akademik merupakan karakteristik tingginya resiliensi akademik mahasiswa [26]. Machfud, (2025) berpendapat mahasiswa yang memiliki *coping* religiusitas yang baik mampu memaknai masalah akademik sebagai bagian dari proses pertumbuhan dan ujian yang dikehendaki oleh Tuhan, sehingga tekanan yang dialami tidak dianggap sebagai beban yang menghancurkan, tetapi sebagai sarana meningkatkan keimanan diri [37]. Hal ini sejalan dengan Agustina dan Hardew, (2024) yang mengemukakan bahwa mahasiswa dengan *coping* religiusitas yang mendalam cenderung memiliki nilai resiliensi akademik yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang nilai religiusitasnya rendah [25].

Dalam konteks ini, religiusitas berperan sebagai faktor internal yang memfasilitasi peningkatan nilai resiliensi akademik mahasiswa [38]. Praktik-praktik keagamaan seperti berdoa, zikir, atau salat dapat meningkatkan ketenangan batin dan menstabilkan emosi sehingga mahasiswa dapat berpikir jernih dalam menghadapi hambatan akademik [22]. Temuan lain juga menunjukkan bahwa dimensi religiusitas dapat membantu mahasiswa meningkatkan kemampuan mengatasi stres akademik, membentuk harapan, membangun motivasi untuk tetap bertahan dan terus bangkit, serta memperkuat rasa tanggung jawab dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik yang harus segera diselesaikan oleh mahasiswa [37].

Religiusitas dan resiliensi akademik memiliki hubungan yang kuat secara positif pada mahasiswa. Ketika dihadapkan dengan tantangan dan beban akademik, mahasiswa yang memiliki *coping* religiusitas yang baik cenderung lebih mampu merespon secara positif, memandang masalah sebagai ujian dan proses berkembang, sehingga tidak mudah menyerah dan putus asa serta terus berusaha untuk meraih kesuksesannya. Hal ini dapat meningkatkan tingkat resiliensi mahasiswa. Oleh karena itu religiusitas menjadi faktor penting dalam meningkatkan resiliensi akademik mahasiswa.

4. KESIMPULAN

Sebagian besar mahasiswa akhir keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan memiliki tingkat resiliensi akademik yang tinggi, mendapatkan dukungan sosial yang tinggi, juga mempunyai *coping* religiusitas yang baik. nilai p value 0,01 dan 0,00 dengan hasil koefisien korelasi $r = 0,287$ dan $r = 0,577$ merepresentasikan adanya korelasi signifikan baik dukungan sosial dengan resiliensi akademik juga religiusitas dengan resiliensi akademik pada mahasiswa. Arah korelasi positif mengindikasikan peningkatan dukungan sosial dan religiusitas berkorelasi dengan peningkatan resiliensi akademik mahasiswa, adapun sebaliknya, penurunan tingkat resiliensi akademik mahasiswa berhubungan dengan rendahnya dukungan

sosial dan *coping* religiusitas yang dipunyai mahasiswa. Demi memperdalam temuan pengetahuan resiliensi akademik, peneliti selanjutnya direkomendasikan meneliti faktor lain yang mempengaruhi resiliensi akademik yang masih jarang diteliti.

5. DAFTAR PUSTAKA

- [1]. Amin, M., Syarifah, L., Shiddiqy, F., dan Wijaya, R. (2025). Academic Resilience: Exploring The Role of Religiosity and Self-Efficacy in Facing Academic Challenges. *At-Turots: Jurnal Pendidikan Islam*. <https://doi.org/10.51468/jpi.v7i1.936>
- [2]. Abdelrahman, H., Qadire, M., Ballout, S., Rababa, M., Kwaning, E., dan Zehry, H. (2025). Academic Resilience and Its Relationship with Emotional Intelligence and Stress among University Students: A Three-Country Survey. *Brain and Behavior*, 15. <https://doi.org/10.1002/brb3.70497>
- [3]. Wulandari, P., dan Metia, C. (2025). Role of Social Support in Academic Resilience among Students. *SANGKÉP: Jurnal Kajian Sosial Keagamaan*. <https://doi.org/10.20414/sangkep.v8i2.14106>
- [4]. Ali, A., Umar, A., dan Mopolu, M. A. (2023). Religiosity and Academic Resilience among College Students in Post-Pandemic Learning Environments. *Journal of Education and Practice*, 14(2), 45–54. <https://doi.org/10.7176/JEP/14-2-2023>
- [5]. Trigueros, R., Padilla, A., Aguilar-Parra, J., Mercader, I., López-Liria, R., dan Rocamora, P. (2020). The Influence of Transformational Teacher Leadership on Academic Motivation and Resilience. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17. <https://doi.org/10.3390/ijerph17207687>
- [6]. Kumalasari, D. (2023). Academic Resilience among Indonesian College Students During The COVID-19 Pandemic. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 21(61). <https://doi.org/10.25115/ejrep.v21i61.7945>
- [7]. Chua, J., Cheng, C., Cheng, L., Ang, W., dan Lau, Y. (2022). Global Prevalence of Resilience in Higher Education Students: A Systematic Review, Meta-Analysis and Meta-Regression. *Current Psychology*, 42, 22645–22663. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03366-7>
- [8]. Prihatin, J., dan Suhesty, A. (2023). Final Year Student Dynamics in The Perspective of Social Support and Academic Reciprocity. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v11i3.11757>
- [9]. Elnaem, M., Salam, W., Thabit, A., *et al.* (2024). Assessment of Academic Resilience and its Associated Factors among Pharmacy Students in Twelve Countries. *American Journal of Pharmaceutical Education*. <https://doi.org/10.1016/j.ajpe.2024.100693>
- [10]. Allen, H. K., Barrall, A. L., Vincent, K. B., dan Arria, A. M. (2021). Stress and Burnout among Graduate Students: Moderation by Sleep Duration and Quality. *International Journal of Behavioral Medicine*, 28(1), 21–28. <https://doi.org/10.1007/s12529-020-09867-8>
- [11]. Alfath, E. A., Setiyowati, N., dan Chusniyah, T. (2025). Dukungan Sosial dan Resiliensi Akademik Mahasiswa Terlambat Lulus: Systematic Literature Review. *Jurnal Buletin Ilmiah Psikologi*, 6(1), 12–22. <https://doi.org/10.24014/pib.v6i1.27816>
- [12]. Wiguna, F. A., Wijaya, A. N., Nabila, N. A., dan Sawitri, D. R. (2024). Factors Influencing Academic Resilience among University Students. *Proceedings of the International Conference on Psychological Studies*. <https://doi.org/10.4108/eai.24-7-2024.2354394>
- [13]. Dwiastuti, I., Hendriani, W., dan Andriani, F. (2024). The Impact of Academic Resilience on Academic Performance in College Students During The COVID-19 Pandemic. *KnE Social Sciences*, 7(1). <https://doi.org/10.18502/kss.v7i1.10198>

- [14]. Sarafino, E. P., Smith, T. W., King, D. B., dan De Longis, A. (2020). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. Wiley.
<https://books.google.co.id/books?id=ieruDwAAQBAJ>
- [15]. Sukma, A. A., Nurrochma, Y. M., Hanifah, A. P., dan Nashori, F. (2024). Indonesia journal of psychological studies. *IJPS*, 1, 98–114.
- [16]. Pratiwi, Z. R., dan Kumalasari, D. (2021). Dukungan Orang Tua dan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 13(2).
<https://doi.org/10.31289/analitika.v13i2.5482>
- [17]. Ramadanti, R., dan Herdi, H. (2021). Hubungan Antara Resiliensi dan Dukungan Sosial dengan Stres Akademik Mahasiswa Baru pada Masa Pandemi Covid-19. *Insight: Jurnal Bimbingan Konseling*, 10(2), 150–163. <https://doi.org/10.21009/INSIGHT.102.07>
- [18]. Nada, V., Sujadi, E., dan Putra, B. (2024). Academic *Procrastination* among College Students: Do Self-Efficacy and Social Support Matter?. *EduLine Journal*, 9(2), 142–151.
<https://qemsjournal.org/index.php/eduline/article/view/2916>
- [19]. Prasetyowati, T., dan Hariastuti, R. T. (2025). The Influence of *Coping* Mechanisms, Academic Adjustment, and Social Support on Academic *Procrastination* of First-Year College Students. *Jurnal Buana Pendidikan*, 21(1), 34–45.
- [20]. Zhang, Y., Guo, H., Ren, M., Ma, H., Chen, Y., dan Chen, C. (2024). The Mediating Effects of Self-Efficacy and Resilience on Social Support and *Procrastination*. *BMC Public Health*, 24, 192. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-19487-6>
- [21]. Kusnadi, A. P. (2023). Faktor-Faktor Terkait Ketahanan Akademik di Kalangan Mahasiswa: Tinjauan Sistematis. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 4(3), 401–414. <https://jurnalp3k.com/index.php/J-P3K/article/download/254/pdf>
- [22]. Niswah, U., Nurbini, dan Zainuri, A. (2023). Strategi Dakwah Kiai Akhid Ismani dalam Meningkatkan Religiusitas Masyarakat Tlogoharum Pati. *Journal of Islamic Management*, 3(1), 14–30. <https://doi.org/10.15642/jim.v3i1.1116>
- [23]. Arsa, A. A., Adiba, N. F., Dzilkaromah, M. M. K., Amien, H. B., dan Qudsyi, H. (2022). Peran Religiusitas dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Daring pada Mahasiswa. *Khazanah: Jurnal Mahasiswa*, 14(1). <https://doi.org/10.20885/khazanah.vol14.iss1.art1>
- [24]. Burnos, A., dan Kopacz, G. (2025). Religiosity of Adults on The Autism Spectrum: A Cognitive and Empirical Analysis. *Frontiers in Psychiatry*, 16. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2025.1594692>
- [25]. Agustina, F. R., dan Hardew, A. K. (2024). Hubungan Religiositas Islam dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa Aktivis Organisasi Surakarta. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 10(2). <https://doi.org/10.31949/educatio.v10i2.8609>
- [26]. Marhamah, M., dan Musfichin, M. (2025). Peran *Coping* Religius Terhadap Stres Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Al-Husna*, 6(1), 49–63.
<https://doi.org/10.18592/jah.v6i1.6432>
- [27]. Setiawan, M. S., Eva, N., dan Andayani, S. (2024). Religiusitas dan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Pengajar Bimbingan Belajar Al-Qur'an. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 6(1). <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v6i1.8999>
- [28]. Latif, S., dan Amirullah, M. (2024). Students' Academic Resilience Profile Based on Gender and Cohort. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 5(4), 175–182.
<https://citeus.um.ac.id/jkbk/vol5/iss4/13>
- [29]. Nashori, F., dan Saputro, I. (2021). *Psikologi Resiliensi*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.
- [30]. Asghar, S., Aslam, S., Qadri, H. M. A., dan Mukhtar, M. (2025). Explore The Relationship Between *Burnout* with Resilience and Academic *Stress* among Nursing Students. *Journal of Health, Wellness and Community Research*, 3(14). <https://doi.org/10.61919/ts1cj066>

- [31]. Freona, G., Arneliwati, A., dan Sabrian, F. (2024). Hubungan Resiliensi Akademik dengan Distres Psikologis pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 8(3). <https://doi.org/10.52020/jkwgi.v8i3.9433>
- [32]. Khaekal, M. F., Zubair, A. G., dan Minarni, M. (2022). Resilience Academic Sebagai Prediktor terhadap *Burnout* Academic pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Psikologi Karakter*, 2(2), 126–134. <https://doi.org/10.56326/jpk.v2i2.1875>
- [33]. Riski, S. F. E., dan Mudhar, M. (2024). Hubungan Resiliensi Akademik dengan Stres Akademik Mahasiswa Akhir. *Jurnal Simki Pedagogia*, 8(1). <https://doi.org/10.29407/jsp.v8i1.1036>
- [34]. Caldwell, Z. (2025). *Examining How Adverse Childhood Experiences, Resilience, and Social Support Influence Academic Satisfaction* (Master's thesis, Fort Hays State University). FHSU Scholars Repository.
- [35]. Maeyani, F., Nuriyyatiningrum, N., dan Ikhrom, I. (2025). Analisis Dukungan Sosial dalam Mengatasi *Burnout* pada Anggota Organisasi Mahasiswa. *Paedagogy: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi*. <https://doi.org/10.51878/paedagogy.v5i1.5037>
- [36]. Efendi, P. A. N., Anwar, H., dan Akmal, N. (2023). The Effect of Social Support on Academic Resilience in Students Working On Thesis. *ARRUS Journal of Social Sciences and Humanities*, 3(6), 729–740. <https://doi.org/10.35877/soshum2194>
- [37]. Machfud, M. (2025). Peran Spiritualitas Sebagai Strategi dalam Mengelola Stres Akademik Bagi Mahasiswa Semester Akhir di UIN Sunan Ampel Surabaya. *Pustaka: Jurnal Ilmu-Ilmu Budaya*. <https://doi.org/10.24843/pjiib.2025.v25.i01.p19>
- [38]. Kusnadi, A. P. (2023). Faktor-Faktor Terkait Ketahanan Akademik di Kalangan Mahasiswa: Tinjauan Sistematis. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 4(3), 401–414. <https://jurnalp3k.com/index.php/J-P3K/article/download/254/pdf>