

# HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN RESILIENSI PADA MAHASISWA YANG MENGIKUTI PROGRAM MAGANG MSIB

Dzakirahsalwa Az-Zahra<sup>1</sup>, Sahat Saragih<sup>1</sup>, Rr. Amanda Pasca Rini<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

e-mail: \*[dzasalwaazz@gmail.com](mailto:dzasalwaazz@gmail.com)

## Abstract

*Peralihan aktivitas mahasiswa dari perkuliahan biasa menjadi kegiatan magang membuat mahasiswa mengalami berbagai kesulitan. Oleh karena itu, dibutuhkan suatu ketahanan bagi mahasiswa untuk dapat beradaptasi dan bangkit kembali ketika menghadapi kesulitan sehingga program magang dapat berjalan dengan baik dan selesai dengan tepat waktu. Kemampuan tersebut disebut dengan resiliensi. Resiliensi dapat ditingkatkan dengan keyakinan dalam diri mahasiswa bahwa dirinya mampu melewati kesulitan atau disebut dengan efikasi diri serta dibarengi dengan dukungan sosial dari orang-orang terdekatnya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan resiliensi pada mahasiswa yang mengikuti program magang MSIB. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan subjek penelitian mahasiswa yang mengikuti program magang MSIB di Ruang Belajar Aqil batch 2-5. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik incidental sampling. Dalam penelitian ini diperoleh 258 partisipan. Alat ukur yang digunakan yakni The Resilience Scale Wagnild dan Young (1987), Skala Efikasi Diri, dan The Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) yang disusun oleh Zimet dkk (1998). Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik analisis linier berganda dengan bantuan program IBM SPSS Statistics versi 23. Berdasarkan uji korelasi diperoleh skor  $R = 0,653$  dengan signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ), artinya terdapat hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan resiliensi pada mahasiswa yang mengikuti program magang MSIB.*

Kata Kunci: Resiliensi; Efikasi Diri; Dukungan Sosial; Mahasiswa; MSIB

## PENDAHULUAN

Pendidikan menjadi salah satu hal terpenting dalam membangun kualitas Negara, dimana Negara dapat semakin maju apabila kualitas dari pendidikan juga semakin tinggi. Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbud-Ristek) membuat suatu kebijakan baru dalam sistem pendidikan Indonesia yakni Kebijakan Merdeka Belajar yang diharapkan dapat mewujudkan sumber daya manusia (SDM) menjadi lebih unggul dengan disertai Profil Pelajar Pancasila. Salah satu implementasi dari kebijakan merdeka belajar yakni Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM) yang diluncurkan oleh Menteri Pendidikan Nadiem Anwar Makarim pada tahun 2020. Kebijakan tersebut sesuai dengan Permendikbud Nomor 3 Tahun 2020 mengenai Standar Nasional Pendidikan Tinggi. Terdapat delapan bentuk kegiatan dalam program MBKM yakni pertukaran pelajar, asistensi mengajar di satuan pendidikan, magang/praktik kerja, proyek kemanusiaan, penelitian/riset, studi/proyek independen, kegiatan wirausaha, dan membangun desa/kuliah kerja nyata berdasarkan tema yang telah ditentukan dan relevan dengan kebutuhan masyarakat (tematik) (DirjenDiktiKemendikbud, April 2020). Kedelapan bentuk kegiatan tersebut diatur dengan dasar hukum yang tertuang dalam Kepmen No. 74 Tahun 2021 mengenai Pengakuan Satuan Kredit Semester Pembelajaran Program Kampus Merdeka.

Program Magang dan Studi Independen Bersertifikat (MSIB) memperoleh jumlah pendaftar terbanyak diantara program MBKM lainnya dan menjadi program yang paling banyak digemari oleh mahasiswa (*Ministry of Education, Culture, Research* dalam Rahman dkk., 2023). Dilansir dari Schoolmedia News Jakarta (2023), pada MSIB *batch* 5 terdapat 36.719 mahasiswa yang dinyatakan lolos dan mengalami peningkatan sebesar 40% dibandingkan dengan jumlah peserta pada *batch* sebelumnya yang berjumlah 25.952 mahasiswa. Jumlah tersebut lebih banyak dibandingkan dengan jumlah peserta yang lolos pada program kampus mengajar *batch* 6 yakni 21.442 dan program pertukaran pelajar *batch* 3 yang berjumlah 15.286.

Program MSIB diharapkan dapat meningkatkan keterampilan, pengetahuan, dan sikap mahasiswa untuk mempersiapkan dirinya memasuki dunia kerja atau wirausaha melalui pembelajaran dan pengalaman nyata di dunia profesional melalui perusahaan mitra. Menurut Lutfia & Rahadi (2020); Rugaiyah (2011) (dalam Sari dkk., 2021), beberapa penelitian di Indonesia telah membuktikan bahwa melalui program magang,

kompetensi yang dimiliki oleh siswa yakni *soft skill* dan *hard skill* dapat meningkat. Mahasiswa memperoleh manfaat dengan terlibat aktif selama program MSIB berlangsung yakni dapat meningkatkan kapasitas diri masing-masing individu sesuai dengan kebutuhannya, mahasiswa juga mendapatkan tunjangan biaya hidup dari kementerian, serta memperoleh konversi SKS setara 20 SKS.

Disamping manfaat yang diperoleh mahasiswa selama magang berlangsung, terdapat berbagai tantangan yang harus dilewati oleh mahasiswa yakni dimulai dari proses mendaftar ke berbagai perusahaan mitra yang administrasinya dilakukan sendiri oleh mahasiswa, berbeda dengan program kampus mengajar dimana penempatannya telah diatur oleh PIC program. Apabila mahasiswa telah mendapatkan pemberitahuan lolos administrasi langkah selanjutnya adalah tahapan seleksi seperti tes dan wawancara, akan tetapi walaupun telah berada pada tahap seleksi, mahasiswa belum dapat dikatakan diterima atau mahasiswa masih dapat gugur dan harus mendaftar ke perusahaan-perusahaan lainnya. Ketika mahasiswa dinyatakan diterima dan melakukan tugasnya di tempat magang mahasiswa menghadapi berbagai tantangan di lapangan, menurut Mawarny dkk. (2023) & Agustin dkk (2022) tantangan tersebut antara lain kesulitan untuk mengidentifikasi permasalahan karena baru pertama kali mengunjungi lokasi MBKM, mengerjakan logbook dan laporan MBKM hingga mahasiswa tidur larut malam, merasakan ketidak yakinan dalam diri dapat menyelesaikan program sesuai waktu yang ditentukan, jauh dari orang tua dan teman kampus yang dapat menyurutkan semangat, serta terjadi permasalahan ketika mengatur penjadwalan kegiatan dan program yang hendak dilakukan dengan rekan kelompok MBKM. Melihat dari banyaknya permasalahan yang dialami oleh mahasiswa yang mengikuti MBKM MSIB memperlihatkan bahwa dengan program merdeka belajar yang diluncurkan oleh Kemendikbud-Ristek, mahasiswa perlu ketahanan dalam dirinya sehingga dapat beradaptasi dan mampu mengatasi tantangan-tantangan selama program berlangsung.

Ketahanan mahasiswa dalam menghadapi suatu permasalahan dapat disebut dengan resiliensi. Prawitasari & Antika (2022) menjelaskan pengertian resiliensi yakni suatu upaya individu untuk menjadi adaptif walaupun dibawah tekanan sehingga dapat bangkit dari kondisi terpuruk yang dialami dan kembali seperti semula. Resiliensi menjadi hal yang sangat dibutuhkan oleh mahasiswa yang mengikuti program MBKM MSIB untuk mengubah semua tantangan atau hambatan yang dihadapi sebagai

kesempatan untuk terus berkembang dan menjadi lebih adaptif. Apabila mahasiswa tidak memiliki resiliensi akan berdampak pada ketidaktuntasannya dalam melaksanakan program MBKM sehingga perkuliahan juga tidak dapat diselesaikan dengan tepat waktu.

Beberapa faktor dapat mempengaruhi resiliensi mahasiswa, faktor-faktor tersebut terbagi menjadi dua yakni faktor protektif internal dan eksternal. Menurut Hartuti & Mangunsong (2009); Keye & Pidgeon (2013); Mwangi, Ireri, & Mwaniki (2017) (dalam Linggi dkk., 2021) faktor protektif internal antara lain dalam kategori kompetensi sosial yakni kerja sama & komunikasi serta empati, kesadaran diri dalam kategori otonomi, optimisme, orientasi tujuan, harapan internal, efikasi diri, tanggung jawab pribadi, kemampuan memecahkan masalah, tujuan & aspirasi, kemampuan individu dalam mengatasi, dan religiusitas. Faktor protektif eksternal yakni dukungan dari lingkungan sosial baik dari rumah atau sekolah, komunitas ataupun kelompok yang didapatkan oleh individu (Cheng & Catling, 2015; Kutlu & Yavuz, 2016; Midouhas, Flouri, Papachristou, & Kokosi, 2018).

Melihat terdapat beberapa faktor internal dan faktor eksternal yang mempengaruhi resiliensi mahasiswa, efikasi diri dan dukungan sosial menjadi salah satu faktor yang diduga berperan dalam resiliensi. Efikasi diri menurut Bandura (dalam Santrok, 2007) merupakan kemampuan yang memberikan pengaruh yang cukup besar atas perilaku yang dilakukan oleh individu (Patriani dkk, 2021). Sejalan dengan penjelasan tersebut, penelitian Patriani dkk (2021) menunjukkan bahwa 58,5% resiliensi dipengaruhi oleh efikasi diri. Berdasarkan temuan dalam penelitian tersebut menunjukkan bahwa resiliensi mendapatkan kontribusi yang cukup besar dari efikasi diri, dimana setengah dari faktor yang membentuk resiliensi didominasi oleh efikasi diri. Faktor lainnya yakni faktor eksternal meliputi dukungan sosial turut mempengaruhi resiliensi. Zimet (dalam Laksana dan Virilia, 2019) menjelaskan bahwa dukungan sosial merupakan suatu penguat bagi individu yang mengalami kondisi menekan dimana dapat menjadi pengaruh pada kemampuan bertahan individu dalam menghadapi situasi yang terjadi.

Efikasi diri adalah rasa yakin individu atas dasar usaha yang dilakukannya mampu untuk menggapai tujuan yang diinginkan (Bandura dalam Oktaningrum dan Santhoso, 2018). Ketika berada dalam situasi sulit, efikasi diri memiliki peran penting

karena perilaku positif seperti tangguh, tidak mudah menyerah, dan gigih dapat tumbuh dan berkembang dengan baik, individu juga memiliki ketahanan dari segala kondisi kurang menyenangkan yang dialami sehingga kemampuan resilien individu dapat berkembang pula yakni dalam menghadapi kesulitan, individu dapat bangkit dan menjadi adaptif. hal ini didukung oleh Patriani dkk (2021) melalui penelitiannya terhadap mahasiswa penyusun skripsi, menemukan bahwa resiliensi mahasiswa akan meningkat jika mereka meningkatkan efikasi diri dalam menyusun skripsi.

Dukungan sosial mempunyai peran penting terhadap terjadinya resiliensi. Menurut Zimet dkk. (1988), dukungan sosial didefinisikan sebagai suatu bantuan yang diberikan untuk individu oleh orang lain dan dianggap sebagai sebuah dukungan. Melalui dukungan sosial yang didapatkan oleh individu emosi yang positif pada diri individu dapat timbul yakni perasaan dicintai dan dihargai sehingga kepercayaan diri dapat meningkat dan kemudian membantu individu untuk bertahan dan beradaptasi dengan situasi sulit yang dialami (Karadag dkk, 2019; Ediati dan Raisa, 2016 dalam Putri dkk, 2021). Menurut Jannah & Rohmatun (2020) individu yang memperoleh dukungan sosial dari berbagai pihak akan lebih mampu melewati kesulitan apabila dibandingkan dengan yang kurang mendapatkan dukungan sosial.

Efikasi diri dan dukungan sosial bersama-sama memiliki kontribusi dalam meningkatkan resiliensi individu. Putri dkk (2023) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa resiliensi dipengaruhi secara positif oleh efikasi diri dan dukungan sosial, resiliensi akademik meningkat seiring dengan meningkatnya efikasi diri dan penerimaan dukungan sosial. pada penelitian yang dilakukan oleh Mawarny dkk (2023) terhadap mahasiswa yang mengikuti program kurikulum MBKM didapatkan hasil bahwa efikasi diri dan dukungan sosial orangtua berhubungan signifikan dengan resiliensi, akan tetapi dukungan sosial orangtua sendiri tidak berhubungan positif dengan resiliensi.

Belum banyak penelitian yang menjelaskan mengenai efikasi diri dan dukungan sosial terhadap resiliensi mahasiswa magang MSIB, padahal dengan efikasi diri dan dukungan sosial, mahasiswa magang MSIB dapat menentukan apa yang hendak dilakukan dalam menghadapi kesulitan di tempat magang dan mencegah munculnya gejala stress sehingga respon resilien dapat berkembang seperti pantang menyerah dan gigih. Oleh karena itu penelitian mengenai hubungan efikasi diri dan dukungan sosial

terhadap resiliensi perlu untuk dilakukan pada mahasiswa yang mengikuti program magang MSIB.

## **METODE PENELITIAN**

Desain penelitian yang dilakukan menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode korelasional. Metode korelasional merupakan suatu teknik yang menghubungkan dua variabel (Suryabrata, 2000). Populasi penelitian ini terdiri dari mahasiswa peserta magang MSIB di Ruang Belajar Aqil yang berjumlah 343 mahasiswa. Karakteristik partisipan dalam penelitian ini yakni mahasiswa yang sedang atau pernah mengikuti magang MSIB di Ruang Belajar Aqil. Jumlah partisipan dalam penelitian ini ditentukan menggunakan tabel milik Cohen, Manion, dan Morrison yang memperhitungkan taraf keyakinan dan interval keyakinan. Berdasarkan tabel Cohen, Manion, dan Morrison didapatkan partisipan sejumlah 258 dengan taraf keyakinan 99% dan interval kepercayaan 0.01. Teknik *non-probability sampling* digunakan untuk menentukan partisipan, cara *incidental sampling* atau juga dikenal dengan *convenience sampling* merupakan metode pemilihan secara acak/kebetulan dalam pengambilan sampel, artinya setiap orang yang memenuhi kriteria peneliti dan dianggap tepat untuk dijadikan sumber data (Sugiyono, 2013).

Pengumpulan data menggunakan tiga skala yaitu *The Resilience Scale* Wagnild dan Young (1987) yang telah diadaptasi dan diterjemahkan oleh Nabila (2019), skala efikasi diri yang disusun oleh peneliti berdasarkan indikator efikasi diri menurut Brown dkk dengan menggunakan acuan dimensi efikasi diri menurut Bandura (1997:5), dan *The Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) yang disusun oleh Zimet dkk (1988).

Skala resiliensi meliputi dua aspek dengan lima indikator yakni aspek pertama *personal competence* dengan dua indikator meliputi *perseverance* dan *self reliant*. Aspek kedua yakni *acceptance of self and life* dengan tiga indikator meliputi *meaningfulness*, *equanimity*, dan *existential aloneness*. Skala resiliensi yang digunakan memiliki 25 aitem valid dengan harga *index corrected item total correlation* yang bergerak dari 0,301 s/d 0,725 dan koefisien reliabilitas *Cronbach's Alpha* sebesar 0,919 mendekati angka 1,00 dapat dikatakan reliabel.

Skala efikasi diri terdiri dari tiga dimensi dengan lima indikator. Pertama, *magnitude* dengan indikator yakin dapat menyelesaikan tugas tertentu dan yakin dapat memotivasi diri untuk melakukan suatu tindakan yang diperlukan dalam menyelesaikan tugas. Kedua, *strength* dengan indikator yakin mampu untuk gigih, berusaha keras, dan tekun, serta yakin mampu untuk menghadapi kesulitan dan hambatan. Ketiga, *generality* dengan indikator yakin dapat menyelesaikan permasalahan di berbagai situasi. Skala efikasi diri dari total 25 aitem terdapat 23 aitem valid dengan harga *index corrected item total correlation* yang bergerak dari 0,300 s/d 0,575 dan reliabel dengan nilai koefisien *cronbach's alpha* sebesar 0,847.

Skala dukungan sosial terdiri dari tiga aspek yaitu dukungan keluarga, dukungan teman, dan dukungan yang berasal dari orang yang berarti bagi individu. Skala dukungan sosial terdiri dari 12 aitem valid dengan harga *index corrected item total correlation* yang bergerak dari 0,597 s/d 0,721 dan reliabel dengan koefisien reliabilitas *Cronbach's Alpha* sebesar 0,920.

Sebelum melakukan uji korelasional menggunakan teknik analisis berganda, dilakukan terlebih dahulu uji prasyarat yakni uji normalitas yang menunjukkan nilai signifikansi  $0,071 > 0,05$ , artinya data yang digunakan peneliti berdistribusi normal. Uji linieritas dilihat melalui F-Liniarity menunjukkan hasil yang linier dengan signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ) untuk hubungan antara resiliensi dan efikasi diri serta hubungan antara resiliensi dengan dukungan sosial. Nilai tolerance  $0,914 > 0,10$  dan nilai VIF  $1,094 < 10,00$  diperoleh melalui uji multikolinieritas, yang artinya tidak terjadi multikolinieritas. Uji heteroskedastisitas menunjukkan tidak terjadi heteroskedastisitas yakni nilai signifikansi  $0,174 > 0,05$  pada variable efikasi diri dan  $0,358 > 0,05$  pada variable dukungan sosial. Seluruh uji prasyarat yang dilakukan dinyatakan lolos uji dan teknik analisis berganda dapat dilakukan.

## Hasil dan Pembahasan

### Hasil

**Tabel 1.**  
**Analisis Deskriptif**

Data Empirik Variabel	Data Hipotetik		Mean	Std. Deviation	N
	Mean	Std. Deviation			
Resiliensi	141,89	15,078	100	25	258
Efikasi Diri	89,43	9,219	69	15,33	258
Dukungan Sosial	68,01	8,888	48	12	258

Hasil analisis deskriptif pada penelitian ini dengan subjek yang berjumlah 258 menunjukkan skor rerata variabel resiliensi dalam data empirik sebesar 141,89 dengan standar deviasi 15,078. Variabel efikasi diri memiliki skor rerata sebesar 89,43 dan 9,219 pada standar deviasinya. Pada variabel dukungan sosial skor rerata sebesar 68,01 dengan nilai standar deviasi 8,888. Melalui data hipotetik diketahui skor rerata variabel resiliensi sebesar 100 dengan standar deviasi 25. Skor rerata variabel efikasi diri sebesar 69 dengan nilai 15,33 dalam standar deviasi. Pada variabel dukungan sosial, skor rerata variabel menunjukkan skor 48 dengan standar deviasi sebesar 12.

**Tabel 2.**  
**Uji Korelasi Simultan Resiliensi dengan Efikasi Diri dan Dukungan Sosial**

Model	df	Mean Square	R	R Square	F	Sig.
Regression	2	12467,737	0,653	0,427	94,928	0,000
Residual	255	131,339				

*Sumber: Output IBM SPSS Statistics versi 23*

Hasil uji korelasi simultan antara X1 (efikasi diri) dan X2 (dukungan sosial) dengan Y (resiliensi) memperoleh skor  $R = 0,653$  dengan signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ). Artinya secara bersama-sama (simultan) efikasi diri dan dukungan sosial memiliki hubungan dengan resiliensi secara positif dan sangat signifikan. Skor *R Square* dengan nilai 0,427, artinya besar pengaruh variabel X1 (efikasi diri) dan X2 (dukungan sosial) sebesar 42,7% terhadap variabel Y (resiliensi). Adapun 57,3% variabel lain yang memberikan pengaruh. Melalui hasil uji korelasi simultan tersebut dapat disimpulkan bahwa hipotesis pertama penelitian diterima, yakni terdapat hubungan positif antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan resiliensi pada mahasiswa yang mengikuti program magang MSIB.

**Tabel 3.**

**Uji Korelasi Parsial Resiliensi dengan Efikasi Diri dan Dukungan Sosial**

	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(constant)	44,967	7,843		5,733	0,000
Efikasi diri	0,378	0,081	0,231	4,663	0,000
Dukungan sosial	0,928	0,084	0,547	11,027	0,000

Sumber: Output IBM SPSS Statistics versi 23

Hasil uji korelasi parsial dalam tabel 23 menunjukkan persamaan garisregresi  $Y = \beta_0 + \beta_1X_1 + \beta_2X_2 = 44,967 + 0,378X_1 + 0,928X_2$ . Artinya apabila efikasi diri dan dukungan sosial tidak ada, maka resiliensi sebesar 44,967. Kemudian dengan koefisien regresi 0,378 artinya pada setiap penambahan 1 skor efikasi diri maka resiliensi akan meningkat sebesar 0,378, sedangkan pada koefisien regresi 0,928 menunjukkan bahwa dengan penambahan 1 skor dukungan sosial akan membuat resiliensi meningkat sebesar 0,928. Uji hipotesis dalam penelitian ini dapat dilihat melalui harga t dan signifikansinya yakni t efikasi diri = 4,663 pada  $p = 0,000 < 0,01$  (signifikan), artinya terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan resiliensi pada mahasiswa yang mengikuti program magang MSIB (Hipotesis kedua/H2 diterima) dan t dukungan sosial = 11,027 pada  $p = 0,000 < 0,01$  (signifikan), artinya terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada mahasiswa yang mengikuti program magang MSIB (Hipotesis ketiga/H3 diterima).

## Pembahasan

Resiliensi merupakan suatu kemampuan bertahan dan adaptasi yang dilakukan individu ketika melalui kondisi menyakitkan dihidupnya (Wagnild et al., 1993). Mahasiswa yang mengikuti magang MSIB mengalami beberapa kondisi tidak menyenangkan dalam perjalanannya menyelesaikan tugas magang, oleh karena itu mahasiswa perlu untuk meningkatkan kemampuannya untuk bertahan dan beradaptasi. Menjadi individu dengan resiliensi tinggi memiliki kecenderungan untuk mampu

bersikap positif terhadap tantangan yang dialami dan akan mengambil tindakan untuk memecahkan permasalahannya (Li dkk dalam Salim dan Fakhurrozi, 2020).

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melakukan pengujian hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan resiliensi pada mahasiswa yang mengikuti program magang MSIB. Hasil signifikansi  $p=0,000$  ( $p<0,01$ ), sebagaimana ditentukan dalam uji hipotesis memberikan pengertian bahwa efikasi diri dan dukungan sosial dengan bersama-sama berhubungan positif dan sangat signifikan terhadap resiliensi. Artinya, H1 atau hipotesis pertama yang diajukan dapat diterima. Efikasi diri dan dukungan sosial terhadap resiliensi memperoleh Skor *R Square* sebesar 0,427 atau 42,7% efikasi diri dan dukungan sosial secara simultan mempengaruhi resiliensi, 57,3% sisanya adalah pengaruh variabel-variabel tambahan yang tidak disertakan dalam penelitian ini.

Resiliensi memiliki peran penting terhadap kehidupan perkuliahan mahasiswa. Mahasiswa dengan resiliensi mampu memperkirakan resiko yang akan diperolehnya ketika mengambil suatu tindakan pemecahan masalah yang dialami, sehingga dapat pula menentukan tujuan dalam hidupnya dan menjadikan hidupnya menjadi bermakna. Apabila dalam kegiatannya selama magang berlangsung mahasiswa yang dapat beradaptasi dengan lingkungan dan rutinitas baru di tempat magang bahkan dapat menyelesaikan tantangan-tantangan yang dialami, akan mencapai performa akademik yang baik, *softskill* dan *hardskill* dapat berkembang, serta siap menghadapi dunia kerja yang sesungguhnya. Pada penelitian ini ditemukan bahwa hal yang mendorong terjadinya resiliensi adalah efikasi diri dan dukungan sosial. Apabila

mahasiswa memiliki keyakinan dari dalam diri bahwa dirinya mampu untuk menghadapi dan mengatasi berbagai situasi sulit dalam hidupnya serta dibarengi dengan *support* dari keluarga, teman, dan orang yang berarti maka mahasiswa akan lebih bersemangat untuk tetap berupaya mengerjakan tugas dengan mencari solusi terbaik atas masalah yang terjadi, dalam hal ini mahasiswa telah bertahan dan mampu menyesuaikan diri dengan situasi sulit yang dialami atau menjadi mahasiswa yang resilien.

Pada penelitian ini juga ditemukan bahwa hipotesis kedua (H2) dalam penelitian ini diterima yakni efikasi diri dan resiliensi pada mahasiswa yang mengikuti program magang MSIB berhubungan dengan positif. Diperoleh harga  $t$  efikasi diri = 4,663 dengan nilai signifikansi  $p = 0,000 < 0,01$ , yang berarti apabila efikasi diri mahasiswa tinggi akan membuat resiliensi yang ada dalam diri mahasiswa yang mengikuti program magang MSIB juga tinggi. Efikasi diri yakni keyakinan individu terhadap dirinya sendiri bahwa dirinya mampu mengatasi situasi sulit. Mahasiswa dengan efikasi diri memiliki keyakinan tentang kecakapannya dapat menuntaskan seluruh tugas studi yang ada sesuai dengan target, sehingga ketika dihadapkan dengan situasi sulit mahasiswa dapat dengan tenang menghadapi tekanan tersebut dan dapat beradaptasi menyelesaikan tugasnya dengan baik. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Nabila, S., & Ashshiddiqi, A. M. (2023) bahwa dengan efikasi diri mahasiswa akan berusaha tanpa kenal lelah sehingga membuatnya dapat bangkit dan menjadi adaptif dengan berbagai situasi sulit yang dihadapinya. Didukung pula dengan penelitian Salim, F., & Fakhurrozi, M. (2020) bahwa dengan keyakinan diri akan kemampuannya menjadikan individu berupaya untuk menyelesaikan tugas mulai dari tingkatan mudah hingga yang paling sulit sampai dirinya merasa tidak ada kesulitan lagi menandakan individu telah dapat bertahan dan mengatasi tekanan tugas dengan baik.

Ditemukan pula bahwa hubungan yang positif terjadi antara dukungan sosial dengan resiliensi pada mahasiswa yang mengikuti program magang MSIB atau hipotesis ketiga (H3) diterima. Dukungan sosial terhadap resiliensi memiliki harga  $t = 11,027$  pada  $p = 0,000 < 0,01$ . Artinya, apabila dukungan sosial yang didapatkan semakin banyak maka mahasiswa akan semakin resilien. Dukungan sosial adalah suatu bantuan atau dukungan baik mental maupun materi dari orang-orang terdekat.

Dukungan sosial menyebabkan mahasiswa memiliki perasaan dicintai, dipercaya, dan diperhatikan, sehingga mahasiswa menjadi bersemangat untuk menyesuaikan diri dengan situasi yang baru dihadapinya. Hal tersebut didukung oleh penelitian Jannah, S. N., & Rohmatun, R. (2020) bahwa sebuah dukungan sosial dari orang sekitar menjadikan individu merasa disayang sehingga menciptakan rasa nyaman dan tenang yang membuat individu tersebut merasa siap untuk menghadapi berbagai kondisi sulit dan akan lebih mampu untuk menyesuaikan diri/beradaptasi dalam menghadapi situasi sulit tersebut. Sejalan dengan penelitian Laksana, S. O, & Virlia, S. (2019) bahwa individu akan dapat beradaptasi dan merasa dirinya memiliki orang lain yang membantu adalah ketika individu menerima dukungan sosial dari individu lain. Pada penelitian ini, mahasiswa yang mengikuti program magang MSIB memberikan sumbangan efektif dari efikasi dirinya sebesar 9,06% dan sebesar 33,64% dari dukungan sosial yang dimiliki terhadap resiliensi. Hal tersebut menunjukkan bahwa dalam penelitian ini resiliensi cenderung lebih dipengaruhi oleh faktor eksternal dari dukungan sosial daripada faktor internal dari efikasi diri. Faktor internal lain seperti kerja sama & komunikasi, optimisme, orientasi tujuan, harapan internal, kemampuan memecahkan masalah, dan religiusitas yang dalam penelitian ini tidak diteliti dapat turut berpengaruh lebih besar dalam resiliensi.

Melalui analisis deskriptif diketahui perbandingan nilai rata-rata dalam ketiga variabel yang diteliti yakni nilai mean empirik lebih besar dari nilai mean hipotetik. Artinya kondisi rata-rata resiliensi, efikasi diri, dan dukungan sosial mahasiswa yang mengikuti program magang MSIB hasil dari penelitian lebih baik daripada yang diperkirakan oleh instrumen penelitian. Skor yang didapatkan oleh subjek penelitian yakni mahasiswa yang mengikuti program magang MSIB cenderung seragam atau tidak jauh berbeda yakni variasi yang dimiliki rendah karena skor standar deviasi dalam data empirik lebih kecil dari standar deviasi dalam data hipotetik.

## **Simpulan**

Berdasarkan hasil uji hipotesis diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan resiliensi dimana skor R Square diperoleh nilai sebesar 0,427 atau sebesar 42,7% efikasi diri dan dukungan sosial secara bersama-sama mempengaruhi resiliensi. Secara parsial efikasi diri dapat

menjadi faktor yang mempengaruhi resiliensi, apabila efikasi diri yang dimiliki semakin tinggi maka resiliensi juga akan semakin tinggi. Begitu pula dengan dukungan sosial, ketika mahasiswa memiliki dukungan sosial yang tinggi maka resiliensi yang dimilikipun akan semakin tinggi. Melalui hasil uji tersebut dapat disimpulkan bahwa ketiga hipotesis yang diajukan oleh peneliti dapat diterima.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, A. H., Rini, R. A. P., & Pratitis, N. (2022). Manajemen Konflik dan Dukungan Sosial dengan Resiliensi pada Mahasiswa yang Mengikuti Program MBKM. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 13(2), 105–112.
- Buku Panduan Merdeka Belajar—Kampus Merdeka. (2020). Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Kemdikbud RI.
- Jannah, S. N., & Rohmatun, R. (2020). HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN RESILIENSI PADA PENYINTAS BANJIR ROB TAMBAK LOROK. *Proyeksi*, 13(1), 1. <https://doi.org/10.30659/jp.13.1.1-12>
- Laksana, S. O., & Virlia, S. (2019). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Pada Mantan Pecandu Narkoba. *Psychopreneur Journal*, 3(2): 55-62.
- Mawarny, A., Suroso, & Rista, K. (2023). Efikasi diri dan dukungan sosial orang tua dengan resiliensi pada mahasiswa yang mengikuti program kurikulum MBKM. *Sukma : Jurnal Penelitian Psikologi*, 4(1), 12–23.
- Nabila, N. (2019). *HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DAN RESILIENSI PADA MAHASISWA UNIVERSITAS ISLAM RIAU*. UNIVERSITAS ISLAM RIAU.
- Nabila, S., & Ashshiddiqi, A. M. (2023). HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN RESILIENSI PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI. *Proyeksi*, 18(1), 23. <https://doi.org/10.30659/jp.18.1.23-35>
- Oktaningrum, A., & Santhoso, F. H. (2018). Efikasi Diri Akademik dan Resiliensi pada Siswa SMA Berasrama di Magelang. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GAMAJOP)*, 4(2), 127-134.
- Patriani, R., Rini, R. A. P., & Pratitis, N. (2021). Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Resiliensi Ketika Menyusun Skripsi pada Mahasiswa. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 1-8.
- Pengelola web, kemendikbud. (2023, Agustus). *Mendikbudristek Melepas 15.286 Peserta Pertukaran Mahasiswa Merdeka Angkatan Ketiga*. <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2023/08/mendikbudristek-melepas-15286-peserta-pertukaran-mahasiswa-merdeka-angkatan-ketiga>
- Prawitasari, T., & Antika, E. R. (n.d.). *Pengaruh Self-Efficacy Terhadap Resiliensi Akademik Siswa*.

- Putri, A. E., & Parimita, D. W. (2023). *PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN EFIKASI DIRI TERHADAP RESILIENSI AKADEMIK MAHASISWA FAKULTAS EKONOMI UNJ*. 3.
- Putri, R.H., Pratiwi, M., & Anggraini, D. (2021). Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Karyawan Yang Mengalami Phk Dimasa Pandemi Covid- 19. *Psychology Journal of Mental Health*, 3(1), 38-53.
- Rahman, A., Sukmajati, D. C., Mawar, M., Satispi, E., & Gunanto, D. (2023). Implementasi Kebijakan pada Program Magang dan Studi Independen Bersertifikat di Indonesia. *SOSIOHUMANIORA: Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 9(2), 266–291. <https://doi.org/10.30738/sosio.v9i2.14832>
- Salim, Frensen & Fakhurrozi, Muhammad. (2020). Efikasi Diri Akademik dan Resiliensi pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 175-187.
- Sari, S. P., Witono, B., & Nugroha, H. (2021). *Analisis Dampak Kegiatan Magang dan Studi Independen Bersertifikat (MSIB) dalam Peningkatan Keterampilan dan Keahlian Lulusan Program Studi Akuntansi (Magang pada PT. Bank Syariah Indonesia, Tbk.)*.
- Schoolmedia, eko. (2023, Agustus). *36 Ribu Mahasiswa Indonesia Berhasil Magang di Perusahaan Kelas Dunia*. <https://news.schoolmedia.id/berita/36-Ribu-Mahasiswa-Magang-di-Perusahaan-Ternama-5290>
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, & R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suryabrata, S. (2000). *Metode Penelitian*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). *Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale*. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165–178.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). *The Multidimensional Scale of Perceived Social Support*. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41.

