NATIONAL CONFERENCE ON RESEARCH AND PROCEEDINGS SISI INDONESIA (NCR-PRO SINESIA 2025) & NATIONAL CONFERENCE ON COMMUNITY SERVICE AND PROCEEDINGS SISI INDONESIA (NC2S-PRO SINESIA 2025)
E-ISSN: _____

Membangun Resiliensi Akademik Mahasiswa Rantau: Tinjauan Sistematis terhadap Faktor-Faktor yang Memengaruhi

Building Academic Resilience Among Foreign Students: A Systematic Review of Enabling Factors

Fajar Shodiq[1], Faruq Faruq[2*]
[*] faruq@uinsatu.ac.id
[1,2*] Program Studi Psikologi Islam, Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah

Info Artikel
|Submitted: 20 May 2025 **|Revised**: 24 May 2025 **|Accepted**: 25 May 2025
How to cite: Fajar Shodiq & Faruq, Membangun Resiliensi Akademik Mahasiswa Rantau: Tinjauan Sistematis terhadap Faktor-Faktor yang Memengaruhi, National Conference On Research And Proceedings Sisi Indonesia (NCR-PRO SINESIA 2025) & National Conference On Community Service And Proceedings Sisi Indonesia (NC2S-PRO SINESIA 2025), 2025, P. 59-75.

ABSTRACT

Foreign Students often face multidimensional challenges, including academic, psychological, and social difficulties, during their study period. In this context, academic resilience becomes an essential factor that supports their ability to persist and achieve optimal academic performance. This study aims to identify the factors influencing academic resilience among Foreign Students. The method employed was a Systematic Literature Review (SLR) based on the PRISMA protocol. Initially, 159 indexed manuscripts were collected from Google Scholar using specific keywords. Through a stepwise selection process in accordance with inclusion and exclusion criteria, six articles were selected as the focus of analysis. The results indicate that the academic resilience of out-of-town students is influenced by social support (family, peers, community, academic environment), academic aspirations, and spiritual intelligence. A majority of out-of-town students exhibit high levels of academic resilience (>70%), particularly in terms of perseverance. Although social support contributes significantly (31–41%), other factors such as self-regulation, optimism, and the learning environment also play important roles. These findings can serve as a foundation for developing academic support programs and psychosocial guidance initiatives for out-of-town students in higher education institutions.

Keyword: *Academic Resilience, Foreign Students, Social Support.*

ABSTRAK

Mahasiswa rantau kerap menghadapi tantangan multidimensi, seperti akademik, psikologis, dan sosial selama masa studi. Dalam konteks ini, resiliensi akademik menjadi salah satu faktor penting yang mendukung kemampuan mereka untuk tetap bertahan dan mencapai prestasi optimal. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi resiliensi akademik mahasiswa rantau. Metode yang digunakan adalah *Systematic Literature Review* (SLR) berdasarkan protokol PRISMA. Awalnya, 159 naskah yang terindks *Google Scholar* berdasarkan kata kunci tertentu, dan melalui proses seleksi bertahap sesuai kriteria inklusi-eksklusi, diperoleh enam artikel sebagai fokus analisis. Hasil menunjukkan bahwa resiliensi akademik mahasiswa rantau dipengaruhi oleh dukungan sosial (keluarga, teman, komunitas, lingkungan akademik), aspirasi akademik, dan kecerdasan spiritual. Sebagian besar mahasiswa rantau memiliki resiliensi akademik tinggi (>70%), terutama pada aspek ketekunan. Meskipun dukungan sosial memberikan kontribusi signifikan (31–41%), faktor seperti regulasi diri, optimisme, dan lingkungan belajar juga turut memengaruhi. Temuan ini dapat menjadi dasar dalam pengembangan program pendampingan akademik dan pembinaan psikososial bagi mahasiswa rantau di perguruan tinggi.

Kata Kunci: *Resiliensi Akademik, Mahasiswa Rantau, Dukungan Sosial.*

Pendahuluan

This work is licensed under CC BY-SA 4.0

Era globalisasi dan digitalisasi saat ini menjadikan pendidikan tinggi sebagai elemen sentral dalam mempersiapkan generasi muda untuk menghadapi tantangan kompleks abad ke-21. Banyak negara, termasuk Indonesia, terus meningkatkan akses terhadap perguruan tinggi sebagai bagian dari upaya menciptakan masyarakat berpengetahuan *(knowledge-based society)*.[1] Namun, peningkatan akses tidak selalu diiringi dengan kesiapan mahasiswa dalam menghadapi transisi akademik dan sosial yang menyertainya. Di tengah tuntutan zaman yang serba cepat dan persaingan global, transisi ini sering kali menjadi periode kritis yang penuh tekanan, terutama dalam hal adaptasi psikososial, pengelolaan stres, dan pembentukan identitas diri.[2]

Mahasiswa dihadapkan pada berbagai tekanan seperti beban akademik, ekspektasi prestasi, dinamika relasi sosial, serta kebutuhan akan kemandirian dalam pengambilan keputusan hidup. Kondisi ini dapat memunculkan gejala psikologis seperti *burnout*, depresi, hingga penurunan motivasi belajar.[3] Fenomena ini diperkuat oleh temuan terdahulu bahwa tingkat stres, depresi, dan kecemasan memiliki hubungan negatif signifikan dengan kinerja akademik mahasiswa,[4] menunjukkan bahwa semakin tinggi gejala psikologis yang dialami, semakin rendah rata-rata nilai akademik yang dicapai. Penelitian lain menemukan bahwa secara rata-rata, sekitar 32% mahasiswa perguruan tinggi mengalami kecemasan, dengan beberapa wilayah seperti Asia mencatatkan angka lebih tinggi dibandingkan Eropa. Faktor-faktor seperti jenis kelamin perempuan, status sebagai mahasiswa sarjana, dan tinggal di lingkungan akademik yang kompetitif turut dikaitkan dengan risiko kecemasan yang lebih besar.[5]

Mahasiswa rantau, atau mahasiswa yang melanjutkan pendidikan tinggi di luar wilayah asalnya, merupakan kelompok unik dalam dunia pendidikan tinggi. Keberadaan mahasiswa di lingkungan baru sering kali membawa tantangan multidimensi, termasuk adaptasi budaya lokal, perbedaan pola interaksi sosial, dan beban akademik yang meningkat. Fenomena ini menjadi semakin relevan mengingat mobilitas pendidikan tinggi di Indonesia menunjukkan tren yang

[1] OECD, *Education at a Glance 2022: OECD Indicators* (Paris: OECD Publishing, 2022), https://doi.org/10.1787/3197152b-en.
[2] Jeffrey Jensen Arnett, *Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens Through the Twenties*, 2nd ed (New York, NY, US: Oxford University Press, 2015), https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199795574.013.9.
[3] Sirajul Munir, Rini Anita, and Tessa Dwi Okmala Sefnimal, "Academic Stress Factors Among Indonesia Students: A Case of IAIN Batu Sangkar," *Jurnal Pendidikan Progresif* 10, no. 3 (2020): 417–28, https://doi.org/10.23960/jpp.v10.i3.202004.
[4] Jianwu Zhang, Chun Peng, and Chen Chen, "Mental Health and Academic Performance of College Students: Knowledge in the Field of Mental Health, Self-Control, and Learning in College," *Acta Psychologica* 248, no. 104351 (2024): 1–10, https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2024.104351.
[5] Gabriel X.D. Tan et al., "Prevalence of Anxiety in College and University Students: An Umbrella Review," *Journal of Affective Disorders Reports* 14, no. 100658 (2023): 1–15, https://doi.org/10.1016/j.jadr.2023.100658.

signifikan. Mahasiswa rantau memiliki realitas kehidupan di perantauan dengan perasaan kesepian, keterbatasan jaringan sosial, serta tekanan finansial yang dapat berdampak pada kesejahteraan psikologis mereka.[6] Proses adaptasi menjadi tantangan berat bagi banyak mahasiswa perantau, terutama yang baru pertama kali meninggalkan kampung halaman. Mereka harus menghadapi perubahan budaya, lingkungan baru, dan gaya hidup mandiri yang sebelumnya belum pernah dialami.[7]

Proses transisi pendidikan tinggi membuat mahasiswa rantau tidak hanya menghadapi perubahan akademik, tetapi juga tantangan psikologis dan sosial. Penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa rantau sering mengalami kesepian yang muncul pada waktu tertentu, yang dipengaruhi oleh kurang intimnya hubungan sosial.[8] Selain ini, *culture shock* yang dimiliki memegang peran penting dalam menghambat proses adaptasi sosial mahasiswa rantau.[9] Kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan budaya baru, norma, serta gaya hidup di lingkungan kampus dan masyarakat sekitar menjadi penghalang bagi mahasiswa rantau dalam membangun relasi sosial yang baik.

Mahasiswa rantau akan menghadapi tantangan yang lebih kompleks. Mahasiswa tidak hanya harus beradaptasi dengan sistem pembelajaran perguruan tinggi, tetapi juga dengan lingkungan sosial-budaya yang baru. Ketiadaan dukungan emosional langsung dari keluarga, perbedaan budaya lokal, hingga kendala finansial menjadi beban tambahan.[10] Studi lain menyebutkan bahwa mahasiswa rantau memiliki pengalaman kesepian yang berdampak pada pola tidur, sensitivitas emosi, dan motivasi.[11]

Berbagai tekanan emosional yang dialami mahasiswa rantau, seperti kecemasan akademik, kesepian, dan kesulitan adaptasi, dapat berdampak pada

---

[6] Jauh Hari Wawan S, "Curahan Hati Mahasiswa Rantau Di Yogya: Tahan Rindu Dan Harus Berhemat," detikNews, 2020, https://news.detik.com/berita-jawa-tengah/d-5011506/curahan-hati-mahasiswa-rantau-di-yogya-tahan-rindu-dan-harus-berhemat?single=1.

[7] Prana Delfina, "Suka Duka Menjadi Mahasiswa Rantau," Kompasiana, 2024, https://www.kompasiana.com/isyqotu34091/6669951ac925c4267a1bb002/suka-duka-menjadi-mahasiswa-rantau.

[8] Virlie Andalia Muttaqin and Isnaya Arina Hidayati, "Pengalaman Kesepian Pada Mahasiswa Rantau Selama Pandemi Covid-19," *Psikostudia: Jurnal Psikologi* 11, no. 4 (2022): 587–602, https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30872/psikostudia.v11i4.8846.

[9] Sitna Morviyani Hi. Ali, "Hubungan Culture Shock Dan Resiliensi Dengan Adaptasi Sosial Pada Mahasiswa Rantau" (Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung, 2022).

[10] Imran Aslan, Dominika Ochnik, and Orhan Çınar, "Exploring Perceived Stress Among Students in Turkey During the Covid-19 Pandemic," *International Journal of Environmental Research and Public Health* 17, no. 8961 (2020): 1–17, https://doi.org/10.3390/ijerph17238961.

[11] Astha Christie Sembiring and Made Padma Dewi Bajirani, "Gambaran Pengalaman Kesepian Pada Mahasiswa Sarjana (S1) Rantau," *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* 10, no. 23 (2024): 101–13, https://doi.org/10.5281/zenodo.14560592.

penurunan motivasi dan performa belajar.[12] Dijelaskan lebih lanjut bahwa, resiliensi akademik menjadi mekanisme penting yang memungkinkan mahasiswa untuk tetap bertahan dan berkembang secara akademik. Resiliensi akademik didefinisikan sebagai kapasitas individu untuk bertahan, bangkit, dan mencapai keberhasilan akademik meskipun menghadapi tekanan atau kesulitan yang signifikan.[13] Konsep ini mencerminkan bukan hanya ketahanan pasif, tetapi juga ketangguhan aktif dalam mengatasi hambatan pembelajaran, mempertahankan motivasi internal, serta mengembangkan strategi belajar yang adaptif.[14] Selain itu, pemahaman yang tepat terhadap definisi dan konteks resiliensi akademik penting untuk menilai kemampuan bertahan dalam tekanan akademik pada setiap individu secara akurat.[15]

Berbagai faktor telah diidentifikasi sebagai penentu resiliensi akademik, termasuk efikasi diri akademik dan dukungan sosial.[16] Namun, sebagian besar studi ini dilakukan dalam konteks mahasiswa secara umum, tanpa membedakan status mahasiswa rantau. Padahal, mahasiswa perantau menghadapi tantangan unik dalam penyesuaian diri di lingkungan baru, yang dapat memengaruhi kemampuan mereka dalam mengatur emosi dan beradaptasi secara sosial maupun akademik.[17] Di Indonesia sendiri, isu ini menjadi semakin relevan mengingat banyaknya mahasiswa dari daerah 3T yang melanjutkan studi di kota-kota besar. Penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial memainkan peran penting dalam meningkatkan resiliensi akademik mahasiswa perantau, memungkinkan mereka

[12] Namira Ismail, Siti Munadiyah, and Prihatini Prihatini, "Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Tahun Pertama Program Studi Psikologi Universitas Muhammadiyah Maluku Utara," *Innovative: Journal of Social Science Research* 4, no. 3 (2024): 11176–84.
[13] Simon Cassidy, "The Academic Resilience Scale (ARS-30): A New Multidimensional Construct Measure," *Frontiers in Psychology* 7, no. 1787 (2016): 1–11, https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01787.
[14] Andrew J Martin and Herbert W Marsh, "Academic Resilience and Its Psychological and Educational Correlates: A Construct Validity Approach," *Psychology in the Schools* 43, no. 3 (March 1, 2006): 267–81, https://doi.org/10.1002/pits.20149; Shengli Yang and Weirong Wang, "The Role of Academic Resilience, Motivational Intensity and Their Relationship in EFL Learners' Academic Achievement," *Frontiers in Psychology* 12, no. 823537 (2022): 1–8, https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.823537.
[15] Wangqiong Ye, Rolf Strietholt, and Sigrid Blömeke, "Academic Resilience: Underlying Norms and Validity of Definitions," *Educational Assessment, Evaluation and Accountability* 33 (2021): 169–202, https://doi.org/10.1007/s11092-020-09351-7.
[16] Sigalit Warshawski, "Academic Self-Efficacy, Resilience and Social Support Among First-Year Israeli Nursing Students Learning in Online Environments During COVID-19 Pandemic," *Nurse Education Today* 110, no. 105267 (2022): 1–6, https://doi.org/10.1016/j.nedt.2022.105267; Dzakirahsalwa Az-Zahra, Sahat Saragih, and Rr. Amanda Pasca Rini, "Resiliensi Mahasiswa Ditinjau Dari Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Pada Kegiatan Program Magang MSIB," *Jurnal Ilmiah Psyche* 18, no. 1 (2024): 13–24, https://doi.org/10.33557/jpsyche.v18i1.3189.
[17] Adiwignya Nugraha Widhi Harita and Suryanto Suryanto, "Regulasi Diri Pada Mahasiswa Perantauan Di Surabaya," *Jurnal EMPATI* 12, no. 6 (2023): 441–55, https://doi.org/10.14710/empati.2023.32333.

untuk lebih efektif menghadapi tekanan akademik dan beradaptasi dengan lingkungan baru.[18]

Meskipun terdapat sejumlah studi terkait topik ini, hingga kini belum banyak kajian yang secara sistematis dan komprehensif memetakan faktor-faktor yang memengaruhi resiliensi akademik mahasiswa rantau di Indonesia. Tinjauan sistematis diperlukan untuk menyatukan temuan yang masih tersebar, mengidentifikasi pola yang konsisten, serta memberikan arahan bagi pengembangan program intervensi berbasis bukti. Hal ini penting tidak hanya untuk membantu mahasiswa rantau bertahan secara akademik, tetapi juga untuk mendukung misi perguruan tinggi dalam menciptakan lingkungan belajar yang lebih inklusif dan responsif terhadap kebutuhan psikososial mahasiswa.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menjawab pertanyaan penelitian: Apa saja faktor yang memengaruhi resiliensi akademik mahasiswa rantau?. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat: 1) memperkaya literatur akademik mengenai resiliensi mahasiswa rantau, 2) menjadi rujukan bagi kebijakan institusi pendidikan tinggi yang inklusif, dan 3) mendorong intervensi psikologis berbasis bukti yang sesuai dengan kebutuhan mahasiswa rantau.

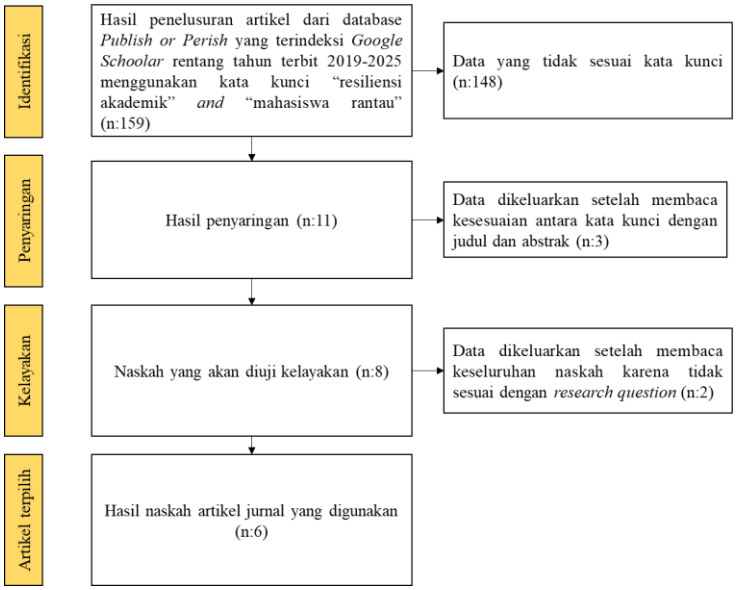
Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan *Systematic Literatur Review* (SLR) dengan menerapkan konsep *Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses* (PRISMA) yang ditunjukkan pada gambar 1. Tahapan yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu: 1) mengidentifikasi kriteria jurnal artikel untuk digunakan dalam penelitian dengan bantuan aplikasi *Publish Or Perish 8* yang terindeksi *google schoolar* dengan kata kunci "resiliensi akademik" dan "mahasiswa rantau" yang diterbitkan 6 tahun terakhir dari tahun 2019 hingga 2025 dengan hasil keseluruhan terdapat 159 naskah ilmiah, 2) kemudian peneliti menyaring judul dan abstrak dari naskah yang tidak sesuai dengan kata kunci sebanyak 148 artikel sehingga mendapatkan naskah sejumlah 11 artikel, 3) selanjutnya membaca secara keseluruhan naskah secara utuh dan mendapatkan 6 artikel yang sesuai dan mengeluarkan 2 artikel karena tidak sesuai dengan *research question*, 4) pada tahap akhir mendapatkan 6 artikel yang bisa digunakan.[19] Analisis data yang digunakan

[18] Astri Ardiyanti Said, Agustin Rahmawati, and Dellawaty Supraba, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Rantau Yang Sedang Mengerjakan Skripsi," *Jurnal Psikologi Tabularasa* 16, no. 1 (2021): 32–44, https://doi.org/10.26905/jpt.v16i1.7710.

[19] Matthew J. Page et al., "The PRISMA 2020 Statement: An Updated Guideline for Reporting Systematic Reviews," *BMJ* 372 (March 29, 2021): 1–9, https://doi.org/10.1136/BMJ.N71.

dalam penelitian ini menggunakan *meta-synthesis* untuk mengolah hasil data kualitatif dengan cara mendeskripsikan penemuan secara deskripsitif.[20]



Gambar 1. Diagram PRISMA

Hasil dan pembahasan

Kajian sistematis ini menghasilkan enam artikel yang memenuhi kriteria inklusi dan relevansi dengan fokus pada resiliensi akademik mahasiswa rantau. Artikel-artikel tersebut dianalisis untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi resiliensi akademik, baik dari aspek internal maupun eksternal. Tabel 1 di bawah ini menyajikan ringkasan hasil dari masing-masing studi, dengan menyoroti asal daerah subjek penelitian dan temuan utama terkait faktor-faktor yang memengaruhi resiliensi akademik. Informasi ini menjadi dasar dalam menyusun sintesis temuan untuk menjawab fokus kajian secara komprehensif.

Tabel 1. Temuan penelitian

Peneliti	Asal daerah subjek	Hasil
Said et al. (2021).[21]	Mahasiswa Maluku Utara yang sedang kuliah di Malang	Penelitian menemukan hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dan resiliensi akademik pada mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi (r = 0.469, p = 0.000).

[20] D. Evans and A. Pearson, "Systematic Reviews of Qualitative Research," *Clinical Effectiveness in Nursing* 5, no. 3 (September 1, 2001): 111–19, https://doi.org/10.1054/CEIN.2001.0219.
[21] Said, Rahmawati, and Supraba, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Rantau Yang Sedang Mengerjakan Skripsi."

Peneliti	Asal daerah subjek	Hasil
	(anggota IPMA-MUM–Ikatan Pelajar Mahasiswa Maluku Utara-Malang)	Semakin tinggi dukungan sosial dari keluarga, teman, komunitas, atau lingkungan akademik, semakin tinggi pula resiliensi akademik. Meskipun sebagian besar subjek mendapatkan dukungan sosial dalam kategori sedang (73,6%), sebanyak 75% memiliki resiliensi akademik tinggi, menunjukkan bahwa dukungan sosial yang cukup pun dapat memicu resiliensi akademik yang kuat jika dimanfaatkan secara efektif.
Vikriani et al. (2023).[22]	Mahasiswa rantau Program Studi Pendidikan Masyarakat, Universitas Riau, Indonesia	Aspirasi memiliki pengaruh positif namun rendah (33,5%) terhadap resiliensi akademik mahasiswa rantau. Sebanyak 66,5% dipengaruhi oleh faktor lain, seperti dukungan sosial, lingkungan belajar, dan kemampuan adaptasi. Rata-rata tingkat resiliensi akademik mahasiswa sangat tinggi (4,03 dari skala 5), khususnya pada indikator keuletan dan pemecahan masalah, meski kemampuan adaptasi masih perlu ditingkatkan.
Qumairi et al. (2021).[23]	Mahasiswa rantau dari 13 PT di Bandar Lampung	Penelitian menemukan bahwa resiliensi memiliki pengaruh signifikan terhadap subjective well-being akademik mahasiswa, meskipun status rantau tidak menunjukkan pengaruh dominan. Sebanyak 64,08% subjek memiliki resiliensi sangat tinggi, sedangkan 53,88% memiliki *college student subjective well-being* sangat tinggi. Resiliensi memberikan kontribusi sebesar 41% terhadap *subjective well-being* mahasiswa, sementara 59% dipengaruhi oleh faktor lain seperti dukungan sosial, kesehatan mental, dan kondisi lingkungan belajar.

[22] Aulia Vikriani, Wilson Wilson, and Ria Rizkia Alvi, "Pengaruh Aspirasi Terhadap Resiliensi Akademik Mahasiswa Rantau Program Studi Pendidikan Masyarakat Universitas Riau," *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research* 3, no. 4 (2023): 1276–86, https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/4487.

[23] Ivonne Qumairi, Asri Mutiara Putri, and Prida Harkina, "Pengaruh Resiliensi Dan Status Rantau Terhadap College Student Subjective Well-Being Pada Mahasiswa," *Psikoislamika : Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam* 18, no. 2 (2021): 317–29, https://doi.org/10.18860/psikoislamika.v18i2.13051.

Peneliti	Asal daerah subjek	Hasil
Hadadi & Sarajar (2025).[24]	Mahasiswa rantau dari berbagai daerah di indonesia yang sedang mengerjakan skripsi di Yogyakarta	Penelitian menemukan bahwa dukungan teman sebaya memiliki pengaruh positif signifikan terhadap resiliensi akademik mahasiswa Rantau, meskipun kontribusinya sebesar31,2%. Sebanyak 68,8% resiliensi akademik dipengaruhi oleh faktor lain, seperti regulasi diri, optimisme, dan dukungan dosen. Empat jenis dukungan teman sebaya yang berpengaruh adalah: dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasi.
Robiwala & Anggraini (2020).[25]	Mahasiswa rantau di Kabupaten Sikka (NTT)	Penelitian menemukan bahwa sebagian besar mahasiswa rantau memiliki resiliensi akademik dalam kategori tinggi. Mereka mampu bertahan menghadapi tekanan akademik, tekun dalam belajar, tidak mudah putus asa, mencari bantuan ketika kesulitan, serta mengontrol perasaan negatif. Beberapa indikator utama resiliensi akademik yang muncul adalah: ketekunan (*perseverance)*, kemampuan mencari bantuan adaptif (*adaptive help-seeking*), dan pengaturan emosi. Meski begitu, ada juga sebagian kecil mahasiswa dengan resiliensi rendah yang cenderung mudah menyerah, malas, dan kurang mampu membangun dukungan sosial.
Silalahi et al. (2024).[26]	Mahasiswa rantau di Surabaya yang berasal dari luar Provinsi Jawa Timur	Penelitian menemukan bahwa kecerdasan spiritual dan dukungan sosial memiliki pengaruh positif signifikan terhadap resiliensi akademik mahasiswa rantau. Spiritual intelligence membantu mahasiswa memandang tekanan akademik sebagai bagian dari proses hidup yang bermakna, sementara dukungan sosial memberikan kekuatan emosional dan praktis.

[24] Eden Anthonius Hadadi and Dewita Karema Sarajar, "Peran Dukungan Teman Sebaya Terhadap Resiliensi Terhadap Akademik Mahasiswa Rantau Yang Sedang Mengerjakan Skripsi," *G-COUNS: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 9, no. 3 (2025): 1684–99, https://doi.org/10.31316/g-couns.v9i3.7568.

[25] Amadeus Fransisko Turu Robiwala and Sitti Anggraini, "Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Perantau," *Disputare-Jurnal Psikologi* 7, no. 1 (2020): 11–24, https://disputare.nusanipa.ac.id/index.php/dis/article/view/14.

[26] Silvia Gazella Silalahi, Dwi Sarwindah Sukiatni, and Rahma Kusumandari, "The Relationship of Spiritual Intelligence and Social Support with Academic Resilience Emigrant College Students in Surabaya," *Sukma:Jurnal Penelitian Psikologi:Jurnal Penelitian Psikologi* 5, no. 01 (2024): 95–105, https://doi.org/10.30996/sukma.v5i1.11603.

Peneliti	Asal daerah subjek	Hasil
		Sebanyak 41% variasi resiliensi akademik dijelaskan oleh dua faktor tersebut, sisanya dipengaruhi oleh variabel lain seperti regulasi diri, optimisme, dan lingkungan belajar.

Berdasarkan pemetaan terhadap enam artikel yang dianalisis secara sistematis, ditemukan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi resiliensi akademik mahasiswa rantau dapat dikelompokkan ke dalam tiga kategori utama, yaitu faktor sosial misalnya dukungan keluarga dan teman sebaya, faktor nilai dan motivasional seperti aspirasi akademik dan spiritualitas, serta faktor psikologis personal termasuk ketekunan, regulasi diri, dan kemampuan adaptasi. Ketiga kategori ini akan menjadi kerangka utama dalam pembahasan selanjutnya untuk memahami bagaimana resiliensi akademik terbentuk dan dipertahankan oleh mahasiswa rantau. Di samping itu, resiliensi akademik berdampak positif terhadap aspek psikologis seperti *subjective well-being*, yang akan diulas pada bagian akhir pembahasan sebagai implikasi dari pentingnya penguatan resiliensi akademik.

1.1 Dukungan Sosial sebagai Fondasi Resiliensi Akademik

Dukungan sosial secara konsisten diidentifikasi sebagai faktor eksternal yang krusial dalam membentuk resiliensi akademik mahasiswa rantau. Relasi yang terjalin dengan keluarga, teman sebaya, komunitas, dan institusi kampus memberikan kontribusi nyata terhadap kemampuan mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik dan beradaptasi di lingkungan baru. Dukungan sosial terbukti meningkatkan resiliensi, terutama saat dikombinasikan dengan faktor internal seperti *self-efficacy*.[27] Kombinasi dukungan sosial, *adversity quotient*, dan *self-efficacy* secara bersama-sama berkontribusi besar terhadap kemampuan mahasiswa dalam mempertahankan resiliensi akademik mereka di tengah tantangan yang dihadapi.[28] Mahasiswa yang menerima dukungan sosial yang lebih banyak juga cenderung memiliki resiliensi akademik yang lebih baik.[29]

Dukungan teman sebaya dalam berbagai bentuk seperti dukungan emosional, penghargaan, bantuan praktis, dan informasi, memiliki pengaruh yang

[27] Muhammad Faisal Ramadhan Nasution, Salamiah Sari Dewi, and Risydah Fadilah, "The Influence of Social Support on Students' Academic Resilience Through Self-Efficacy," *Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan* 6, no. 2 (2024): 160–70, https://doi.org/10.26555/jptp.v6i2.29415.
[28] Mutiara Putri Amelia, Tuty Sariwulan, and Puji Wahono, "Peer Social Support, Adversity Quotient, and Self-Efficacy on Academic Resilience Among Vocational Schools Students," *Jurnal Pendidikan Ekonomi, Perkantoran, Dan Akuntansi* 4, no. 2 (2023): 64–77, https://doi.org/10.21009/jpepa.0402.06.
[29] Dewita Sari, Ahmad Razak, and Novita Maulidya Jalal, "The Relationship Between Social Support and Academic Resilience in First-Year Migrant Student at Universitas Negeri Makasar," *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin* 2, no. 3 (2024): 172–84, https://doi.org/10.5281/zenodo.11083513.

kuat terhadap peningkatan resiliensi akademik mahasiswa.[30] Intervensi berbasis dukungan sebaya pun menunjukkan potensi signifikan dalam memperkuat kesejahteraan dan daya tahan mahasiswa secara keseluruhan.[31] Menariknya, mahasiswa yang hanya memperoleh dukungan sosial dalam tingkat sedang pun tetap mampu menunjukkan kemampuan bertahan dalam tekanan akademik meskipun tanpa dukungan yang sangat tinggi, hal ini mengindikasikan pentingnya kualitas persepsi terhadap dukungan yang diterima.[32]

Secara keseluruhan, temuan-temuan ini menegaskan bahwa dukungan sosial tidak hanya memiliki efek protektif terhadap tekanan akademik, tetapi juga menjadi sumber kekuatan utama dalam menjaga ketekunan dan motivasi belajar mahasiswa rantau. Ketika dikombinasikan dengan faktor internal seperti kecerdasan spiritual, peran dukungan sosial menjadi semakin kuat dalam membentuk resiliensi akademik mahasiswa[33]. Oleh karena itu, membangun lingkungan sosial yang suportif merupakan strategi esensial dalam mendukung keberhasilan akademik mahasiswa rantau.

1.2 Peran Nilai dan Tujuan Internal: Spiritualitas dan Aspirasi Akademik

Selain dukungan sosial, resiliensi akademik mahasiswa rantau turut dipengaruhi oleh faktor internal seperti aspirasi akademik dan kecerdasan spiritual. Aspirasi akademik memberikan kontribusi penting dalam membangun motivasi internal, meskipun pengaruhnya terhadap resiliensi akademik tidak dominan.[34] Tujuan yang jelas dan semangat meraih cita-cita tetap berperan sebagai pendorong dalam menghadapi tantangan, sekaligus meningkatkan komitmen dan motivasi belajar.[35] Aspirasi akademik terbentuk melalui interaksi antara pengalaman pribadi, dukungan sosial, dan nilai-nilai keluarga serta lingkungan pendidikan. Keyakinan terhadap kemampuan diri dan ekspektasi dari orang lain menjadi faktor

[30] Hadadi and Sarajar, "Peran Dukungan Teman Sebaya Terhadap Resiliensi Terhadap Akademik Mahasiswa Rantau Yang Sedang Mengerjakan Skripsi."
[31] Julia Pointon-Haas et al., "A Systematic Review of Peer Support Interventions for Student Mental Health and Well-Being in Higher Education," *BJPsych Open* 10, no. e12 (2024): 1–16, https://doi.org/10.1192/bjo.2023.603.
[32] Said, Rahmawati, and Supraba, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Rantau Yang Sedang Mengerjakan Skripsi."
[33] Silalahi, Sukiatni, and Kusumandari, "The Relationship of Spiritual Intelligence and Social Support with Academic Resilience Emigrant College Students in Surabaya."
[34] Vikriani, Wilson, and Alvi, "Pengaruh Aspirasi Terhadap Resiliensi Akademik Mahasiswa Rantau Program Studi Pendidikan Masyarakat Universitas Riau."
[35] Barry J Zimmerman, "Becoming a Self-Regulated Learner : An Overview," *Theory Into Practice* 41, no. 2 (2002): 64–70, https://doi.org/10.1207/s15430421tip4102.

penting dalam proses ini.[36] Selain itu, pengalaman sukses dalam studi juga memperkuat dorongan untuk terus bertahan dan berkembang.[37]

Di sisi lain, kecerdasan spiritual berkontribusi dalam membantu mahasiswa memaknai tekanan akademik sebagai bagian dari perjalanan hidup yang bermakna. Kemampuan ini memungkinkan mahasiswa rantau untuk lebih tenang dan tangguh dalam menghadapi situasi sulit.[38] Kecerdasan spiritual mencakup lebih dari sekadar aspek religius, melainkan juga refleksi nilai hidup, kesadaran diri, dan pencarian makna dalam pengalaman pribadi, tetapi juga dengan kemampuan reflektif dan pencarian makna yang mendalam dalam setiap pengalaman. Pengembangan kecerdasan spiritual dapat dilakukan melalui latihan refleksi diri, kesadaran diri, dan praktik *mindfulness*. Studi sebelumnya menunjukkan bahwa kecerdasan spiritual mendukung kemampuan mahasiswa dalam menghadapi stres dan tekanan akademik.[39] Oleh karena itu, memperkuat aspirasi akademik dan kecerdasan spiritual dapat menjadi strategi penting dalam membangun resiliensi akademik mahasiswa rantau secara menyeluruh.

1.3 Faktor Individu: Ketekunan dan Regulasi Diri dalam Resiliensi Akademik

Resiliensi akademik mahasiswa tidak hanya ditentukan oleh faktor eksternal, tetapi juga dipengaruhi oleh kemampuan internal yang bersifat disposisional dan keterampilan adaptif. Ketekunan, kemampuan mencari bantuan secara adaptif, dan pengaturan emosi merupakan indikator utama dari resiliensi akademik tinggi.[40] Mahasiswa dengan kemampuan ini menunjukkan kapasitas untuk tetap bertahan dalam menghadapi tekanan, tidak mudah menyerah, serta aktif dalam mencari solusi. Meskipun sebagian kecil subjek menunjukkan resiliensi rendah yang ditandai dengan sikap pasif, mudah menyerah, dan tidak membangun dukungan sosial, mayoritas mahasiswa umumnya menunjukkan resiliensi yang tinggi.

Salah satu aspek penting dalam resiliensi akademik adalah regulasi diri dalam belajar. Kemampuan ini memungkinkan mahasiswa untuk mengelola tantangan akademik secara mandiri, termasuk dalam mengatur waktu,

[36] Albert Bandura, *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*, Prentice-Hall Series in Social Learning Theory. (Englewood Cliffs, NJ, US: Prentice-Hall, Inc, 1986).
[37] Robert W Lent, Steven D Brown, and Gail Hackett, "Toward a Unifying Social Cognitive Theory of Career and Academic Interest, Choice, and Performance," *Journal of Vocational Behavior* 45, no. 1 (1994): 79–122, https://doi.org/10.1006/jvbe.1994.1027.
[38] Silalahi, Sukiatni, and Kusumandari, "The Relationship of Spiritual Intelligence and Social Support with Academic Resilience Emigrant College Students in Surabaya."
[39] Andina Felyana Sari, Binta Mu'tiya Rizki, and Ajeng Octaviani Insani Haris, "Apakah Kecerdasan Spiritual Memberi Pengaruh Terhadap Stress Tolerance? Studi Pada Mahasiswa Pendidikan Dokter," *Intuisi : Jurnal Psikologi Ilmiah* 12, no. 3 (2020): 236–46, https://doi.org/10.15294/intuisi.v12i3.15958.
[40] Robiwala and Anggraini, "Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Perantau."

menetapkan tujuan, dan mengontrol emosi.[41] Berdasarkan hasil penelitian, regulasi diri dalam belajar, bersama dengan keterlibatan akademik, berkontribusi secara signifikan terhadap peningkatan resiliensi.[42]

Selain itu, mahasiswa yang memiliki regulasi diri tinggi cenderung memiliki tingkat resiliensi akademik yang lebih baik, khususnya dalam konteks pembelajaran *hybrid*.[43] Mahasiswa yang mampu mengatur waktu, emosi, dan strategi belajarnya dengan baik, umumnya lebih siap menghadapi tekanan akademik dan beradaptasi dengan perubahan situasi belajar. Dengan demikian, pembentukan resiliensi akademik sangat dipengaruhi oleh keterampilan psikologis internal, seperti ketekunan dan regulasi diri, yang dapat ditumbuhkan melalui intervensi edukatif dan pelatihan *soft skills*. Penguatan aspek-aspek ini penting untuk mendukung mahasiswa dalam menghadapi dinamika akademik yang kompleks dan penuh tantangan.

Resiliensi akademik tidak hanya berfungsi sebagai respons terhadap tekanan dan tantangan akademik, tetapi juga berkontribusi penting terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tingkat resiliensi akademik yang tinggi cenderung memiliki keseimbangan emosional yang lebih baik, kepuasan hidup yang lebih tinggi, serta motivasi belajar yang lebih stabil.[44] Temuan ini menegaskan bahwa resiliensi tidak hanya penting untuk keberhasilan studi, tetapi juga menjadi fondasi dalam membangun kesejahteraan psikologis secara menyeluruh. Oleh karena itu, penguatan resiliensi akademik perlu dipandang sebagai strategi jangka panjang yang tidak hanya berorientasi pada prestasi akademik, tetapi juga pada pembentukan mahasiswa yang sehat secara mental dan adaptif dalam menghadapi dinamika kehidupan kampus, terutama bagi mereka yang menempuh studi jauh dari rumah.

Penutup

Penelitian ini mengungkap bahwa resiliensi akademik mahasiswa rantau dibentuk oleh sejumlah faktor yang saling berinteraksi dan saling memperkuat. Pertama, dukungan sosial dari keluarga dan teman sebaya terbukti menjadi fondasi

[41] Hadadi and Sarajar, "Peran Dukungan Teman Sebaya Terhadap Resiliensi Terhadap Akademik Mahasiswa Rantau Yang Sedang Mengerjakan Skripsi"; Silalahi, Sukiatni, and Kusumandari, "The Relationship of Spiritual Intelligence and Social Support with Academic Resilience Emigrant College Students in Surabaya."
[42] Pricilia Claudia Pattynama, Riana Sahrani, and Pamela Hendra Heng, "Peran Regulasi Diri Dalam Belajar Dan Keterlibatan Akademik Terhadap Intensi Mengundurkan Diri Dengan Resiliensi Sebagai Mediator," *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni* 3, no. 2 (2019): 307–17, https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v1i1.5629.
[43] Muhammad Rafi Wijayanto and Rahmah Hastuti, "Hubungan Regulasi Diri Dalam Belajar Dan Resiliensi Akademik Padamahasiswa Yang Melakukan Hybrid Learning Di Jakarta," *Jurnal Serina Sosial Humaniora* 2, no. 1 (2024): 9–18, https://doi.org/10.24912/jssh.v2i1.31380.
[44] Qumairi, Putri, and Harkina, "Pengaruh Resiliensi Dan Status Rantau Terhadap College Student Subjective Well-Being Pada Mahasiswa."

penting dalam menghadapi tekanan akademik, terutama dalam konteks adaptasi di lingkungan baru. Kedua, nilai dan motivasi internal seperti aspirasi akademik dan kecerdasan spiritual memberikan kontribusi signifikan dalam menjaga semangat, makna, dan arah dalam proses belajar. Ketiga, faktor personal seperti ketekunan, regulasi diri, dan kemampuan adaptif merupakan kapasitas internal yang memungkinkan mahasiswa bertahan, bangkit dari kesulitan, dan mengelola tantangan akademik secara mandiri. Di luar ketiga faktor utama tersebut, resiliensi akademik juga memiliki implikasi positif terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa rantau, khususnya dalam meningkatkan stabilitas emosi dan kepuasan hidup. Temuan ini menegaskan bahwa membangun resiliensi akademik merupakan investasi strategis yang tidak hanya berdampak pada keberhasilan studi, tetapi juga pada kualitas hidup mahasiswa secara menyeluruh.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, penting bagi institusi pendidikan tinggi untuk merancang program yang memperkuat resiliensi akademik mahasiswa rantau melalui pendekatan yang komprehensif. Pertama, perlu dikembangkan sistem dukungan sosial yang terstruktur, seperti program mentoring sebaya, layanan konseling, dan komunitas mahasiswa yang inklusif. Kedua, kampus diharapkan menyediakan ruang pengembangan diri yang mendorong pembentukan aspirasi akademik dan spiritualitas melalui pelatihan, refleksi, dan pembinaan karakter. Ketiga, penguatan *soft skills* seperti ketekunan, regulasi diri, dan keterampilan adaptif dapat dijadikan bagian dari kurikulum pengembangan mahasiswa. Terakhir, peneliti selanjutnya disarankan untuk mengkaji lebih dalam interaksi antar faktor pembentuk resiliensi akademik dan bagaimana faktor tersebut dapat dimodelkan secara integratif dalam berbagai konteks pendidikan tinggi di Indonesia.

Daftar Pustaka

Amelia, Mutiara Putri, Tuty Sariwulan, and Puji Wahono. "Peer Social Support, Adversity Quotient, and Self-Efficacy on Academic Resilience Among Vocational Schools Students." *Jurnal Pendidikan Ekonomi, Perkantoran, Dan Akuntansi* 4, no. 2 (2023): 64–77. https://doi.org/10.21009/jpepa.0402.06.

Arnett, Jeffrey Jensen. *Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens Through the Twenties*. 2nd ed. New York, NY, US: Oxford University Press, 2015. https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199795574.013.9.

Aslan, Imran, Dominika Ochnik, and Orhan Çınar. "Exploring Perceived Stress Among Students in Turkey During the Covid-19 Pandemic." *International Journal of Environmental Research and Public Health* 17, no. 8961 (2020): 1–17. https://doi.org/10.3390/ijerph17238961.

Az-Zahra, Dzakirahsalwa, Sahat Saragih, and Rr. Amanda Pasca Rini. "Resiliensi Mahasiswa Ditinjau Dari Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Pada Kegiatan Program Magang MSIB." *Jurnal Ilmiah Psyche* 18, no. 1 (2024): 13–24. https://doi.org/10.33557/jpsyche.v18i1.3189.

Bandura, Albert. *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. Prentice-Hall Series in Social Learning Theory. Englewood Cliffs, NJ, US: Prentice-Hall, Inc, 1986.

Cassidy, Simon. "The Academic Resilience Scale (ARS-30): A New Multidimensional Construct Measure." *Frontiers in Psychology* 7, no. 1787 (2016): 1–11. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01787.

Delfina, Prana. "Suka Duka Menjadi Mahasiswa Rantau." Kompasiana, 2024. https://www.kompasiana.com/isyqotu34091/6669951ac925c4267a1bb002/suka-duka-menjadi-mahasiswa-rantau.

Evans, D., and A. Pearson. "Systematic Reviews of Qualitative Research." *Clinical Effectiveness in Nursing* 5, no. 3 (September 1, 2001): 111–19. https://doi.org/10.1054/CEIN.2001.0219.

Hadadi, Eden Anthonius, and Dewita Karema Sarajar. "Peran Dukungan Teman Sebaya Terhadap Resiliensi Terhadap Akademik Mahasiswa Rantau Yang Sedang Mengerjakan Skripsi." *G-COUNS: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 9, no. 3 (2025): 1684–99. https://doi.org/10.31316/g-couns.v9i3.7568.

Harita, Adiwignya Nugraha Widhi, and Suryanto Suryanto. "Regulasi Diri Pada Mahasiswa Perantauan Di Surabaya." *Jurnal EMPATI* 12, no. 6 (2023): 441–55. https://doi.org/10.14710/empati.2023.32333.

Hi. Ali, Sitna Morviyani. "Hubungan Culture Shock Dan Resiliensi Dengan Adaptasi Sosial Pada Mahasiswa Rantau." Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung, 2022.

Ismail, Namira, Siti Munadiyah, and Prihatini Prihatini. "Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Tahun Pertama Program Studi Psikologi Universitas Muhammadiyah Maluku Utara." *Innovative: Journal of Social Science Research* 4, no. 3 (2024): 11176–84.

Lent, Robert W, Steven D Brown, and Gail Hackett. "Toward a Unifying Social Cognitive Theory of Career and Academic Interest, Choice, and Performance." *Journal of Vocational Behavior* 45, no. 1 (1994): 79–122.

https://doi.org/10.1006/jvbe.1994.1027.
Martin, Andrew J, and Herbert W Marsh. "Academic Resilience and Its Psychological and Educational Correlates: A Construct Validity Approach." *Psychology in the Schools* 43, no. 3 (March 1, 2006): 267–81. https://doi.org/10.1002/pits.20149.
Munir, Sirajul, Rini Anita, and Tessa Dwi Okmala Sefnimal. "Academic Stress Factors Among Indonesia Students: A Case of IAIN Batu Sangkar." *Jurnal Pendidikan Progresif* 10, no. 3 (2020): 417–28. https://doi.org/10.23960/jpp.v10.i3.202004.
Muttaqin, Virlie Andalia, and Isnaya Arina Hidayati. "Pengalaman Kesepian Pada Mahasiswa Rantau Selama Pandemi Covid-19." *Psikostudia: Jurnal Psikologi* 11, no. 4 (2022): 587–602. https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30872/psikostudia.v11i4.8846.
Nasution, Muhammad Faisal Ramadhan, Salamiah Sari Dewi, and Risydah Fadilah. "The Influence of Social Support on Students' Academic Resilience Through Self-Efficacy." *Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan* 6, no. 2 (2024): 160–70. https://doi.org/10.26555/jptp.v6i2.29415.
OECD. *Education at a Glance 2022: OECD Indicators*. Paris: OECD Publishing, 2022. https://doi.org/10.1787/3197152b-en.
Page, Matthew J., Joanne E. McKenzie, Patrick M. Bossuyt, Isabelle Boutron, Tammy C. Hoffmann, Cynthia D. Mulrow, Larissa Shamseer, et al. "The PRISMA 2020 Statement: An Updated Guideline for Reporting Systematic Reviews." *BMJ* 372 (March 29, 2021): 1–9. https://doi.org/10.1136/BMJ.N71.
Pattynama, Pricilia Claudia, Riana Sahrani, and Pamela Hendra Heng. "Peran Regulasi Diri Dalam Belajar Dan Keterlibatan Akademik Terhadap Intensi Mengundurkan Diri Dengan Resiliensi Sebagai Mediator." *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni* 3, no. 2 (2019): 307–17. https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v1i1.5629.
Pointon-Haas, Julia, Luqmaan Waqar, Rebecca Upsher, Juliet Foster, Nicola Byrom, and Jennifer Oates. "A Systematic Review of Peer Support Interventions for Student Mental Health and Well-Being in Higher Education." *BJPsych Open* 10, no. e12 (2024): 1–16. https://doi.org/10.1192/bjo.2023.603.
Qumairi, Ivonne, Asri Mutiara Putri, and Prida Harkina. "Pengaruh Resiliensi Dan Status Rantau Terhadap College Student Subjective Well-Being Pada Mahasiswa." *Psikoislamika : Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam* 18, no. 2 (2021): 317–29. https://doi.org/10.18860/psikoislamika.v18i2.13051.
Robiwala, Amadeus Fransisko Turu, and Sitti Anggraini. "Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Perantau." *Disputare-Jurnal Psikologi* 7, no. 1 (2020): 11–24. https://disputare.nusanipa.ac.id/index.php/dis/article/view/14.
Said, Astri Ardiyanti, Agustin Rahmawati, and Dellawaty Supraba. "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Rantau Yang Sedang Mengerjakan Skripsi." *Jurnal Psikologi Tabularasa* 16, no. 1 (2021): 32–44. https://doi.org/10.26905/jpt.v16i1.7710.
Sari, Andina Felyana, Binta Mu'tiya Rizki, and Ajeng Octaviani Insani Haris. "Apakah Kecerdasan Spiritual Memberi Pengaruh Terhadap Stress Tolerance?

Studi Pada Mahasiswa Pendidikan Dokter." *Intuisi : Jurnal Psikologi Ilmiah* 12, no. 3 (2020): 236–46. https://doi.org/10.15294/intuisi.v12i3.15958.

Sari, Dewita, Ahmad Razak, and Novita Maulidya Jalal. "The Relationship Between Social Support and Academic Resilience in First-Year Migrant Student at Universitas Negeri Makasar." *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin* 2, no. 3 (2024): 172–84. https://doi.org/10.5281/zenodo.11083513.

Sembiring, Astha Christie, and Made Padma Dewi Bajirani. "Gambaran Pengalaman Kesepian Pada Mahasiswa Sarjana (S1) Rantau." *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* 10, no. 23 (2024): 101–13. https://doi.org/10.5281/zenodo.14560592.

Silalahi, Silvia Gazella, Dwi Sarwindah Sukiatni, and Rahma Kusumandari. "The Relationship of Spiritual Intelligence and Social Support with Academic Resilience Emigrant College Students in Surabaya." *Sukma:Jurnal Penelitian Psikologi:Jurnal Penelitian Psikologi* 5, no. 01 (2024): 95–105. https://doi.org/10.30996/sukma.v5i1.11603.

Tan, Gabriel X.D., Xun Ci Soh, Andree Hartanto, Adalia Y.H. Goh, and Nadyanna M. Majeed. "Prevalence of Anxiety in College and University Students: An Umbrella Review." *Journal of Affective Disorders Reports* 14, no. 100658 (2023): 1–15. https://doi.org/10.1016/j.jadr.2023.100658.

Vikriani, Aulia, Wilson Wilson, and Ria Rizkia Alvi. "Pengaruh Aspirasi Terhadap Resiliensi Akademik Mahasiswa Rantau Program Studi Pendidikan Masyarakat Universitas Riau." *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research* 3, no. 4 (2023): 1276–86. https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/4487.

Warshawski, Sigalit. "Academic Self-Efficacy, Resilience and Social Support Among First-Year Israeli Nursing Students Learning in Online Environments During COVID-19 Pandemic." *Nurse Education Today* 110, no. 105267 (2022): 1–6. https://doi.org/10.1016/j.nedt.2022.105267.

Wawan S, Jauh Hari. "Curahan Hati Mahasiswa Rantau Di Yogya: Tahan Rindu Dan Harus Berhemat." detikNews, 2020. https://news.detik.com/berita-jawa-tengah/d-5011506/curahan-hati-mahasiswa-rantau-di-yogya-tahan-rindu-dan-harus-berhemat?single=1.

Wijayanto, Muhammad Rafi, and Rahmah Hastuti. "Hubungan Regulasi Diri Dalam Belajar Dan Resiliensi Akademik Padamahasiswa Yang Melakukan Hybrid Learning Di Jakarta." *Jurnal Serina Sosial Humaniora* 2, no. 1 (2024): 9–18. https://doi.org/10.24912/jssh.v2i1.31380.

Yang, Shengli, and Weirong Wang. "The Role of Academic Resilience, Motivational Intensity and Their Relationship in EFL Learners' Academic Achievement." *Frontiers in Psychology* 12, no. 823537 (2022): 1–8. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.823537.

Ye, Wangqiong, Rolf Strietholt, and Sigrid Blömeke. "Academic Resilience: Underlying Norms and Validity of Definitions." *Educational Assessment, Evaluation and Accountability* 33 (2021): 169–202. https://doi.org/10.1007/s11092-020-09351-7.

Zhang, Jianwu, Chun Peng, and Chen Chen. "Mental Health and Academic

Performance of College Students: Knowledge in the Field of Mental Health, Self-Control, and Learning in College." *Acta Psychologica* 248, no. 104351 (2024): 1–10. https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2024.104351.
Zimmerman, Barry J. "Becoming a Self-Regulated Learner : An Overview." *Theory Into Practice* 41, no. 2 (2002): 64–70. https://doi.org/10.1207/s15430421tip4102.

Biografi Singkat Penulis



Fajar Sodiq adalah mahasiswa di Program Studi Psikologi Islam, UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung. Aktif dalam berbagai kegiatan organisasi kemahasiswaan, termasuk saat ini atif di Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) UINSAR. Pernah terlibat sebagai tim layouter dalam penerbitan Jurnal HISTERIA edisi V yang dikelola oleh HMPS Psikologi Islam. Minatnya mencakup pengembangan media kreatif dalam bidang psikologi dan kontribusi dalam kegiatan ilmiah di lingkungan kampus.



Faruq, S.Psi., M.Psi. adalah dosen di Program Studi Psikologi Islam, UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung. Menyelesaikan studi S1 dan S2 Psikologi di Universitas Muhammadiyah Surakarta, dengan fokus pada Psikologi Pendidikan. Aktif terlibat dalam penelitian dan publikasi ilmiah, serta memiliki pengalaman sebagai editor dan reviewer di beberapa jurnal ilmiah. menjadi tim trainer di AsR (*Advan Serial Resource*), yang berfokus pada pengembangan sumber daya manusia melalui pelatihan berbasis psikologi modern.