Ta'lim
Jurnal Pendidikan Islam
E-ISSN: 02165198 | P-ISSN: 27759725
Publisher: Prodi PAI Universitas Muhammadiyah Lampung

DINAMIKA RESILIENSI MAHASISWA DALAM MENGHADAPI TEKANAN AKADEMIK DAN ADAPTASI LAPANGAN: ANALISIS *THREE WAVES OF RESILIENCY INQUIRY*

Siti Afifah Adawiyah, Siti Khasana
Universitas Islam Indonesia
afiadawiyah@uii.ac.id, siti.khasana@alumni.uii.ac.id

Abstrak

Program pengabdian masyarakat seperti Kampus Mengajar memberikan tantangan ganda bagi mahasiswa, yaitu tuntutan adaptasi di lingkungan sekolah mitra dan beban akademik yang kerap melampaui kapasitas normal. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dinamika resiliensi mahasiswa dengan menggunakan kerangka teori *Three Waves of Resiliency Inquiry*. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif deskriptif. Data dikumpulkan melalui kuesioner terbuka yang disebarkan secara daring kepada 20 mahasiswa peserta program dari berbagai perguruan tinggi. Analisis data dilakukan secara tematik untuk memetakan proses resiliensi partisipan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dinamika resiliensi mahasiswa bergerak melalui tiga fase utama: (1) *First Wave*, yang ditandai dengan pemanfaatan kualitas personal seperti sifat pantang menyerah dalam menghadapi hambatan teknis; (2) *Second Wave*, berupa proses adaptif dalam menyeimbangkan beban mengajar dan tugas kuliah; serta (3) *Third Wave*, yang merefleksikan penguatan motivasi internal dan pertumbuhan profesional setelah berhasil melewati krisis. Temuan ini menegaskan bahwa resiliensi bukan sekadar kemampuan bertahan, melainkan proses transformasi menuju kematangan akademik. Penelitian ini merekomendasikan perlunya kebijakan konversi SKS yang lebih fleksibel dan dukungan psikososial yang terstruktur untuk menjaga kesejahteraan mental mahasiswa pada program lapangan di masa depan.

Kata Kunci: Adaptasi Akademik, MBKM, Resiliensi Mahasiswa, Three Waves of Resiliency Inquiry.

PENDAHULUAN

Kebijakan Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM) telah membawa transformasi signifikan dalam lanskap pendidikan tinggi di Indonesia dengan menggeser fokus pembelajaran dari ruang kelas ke pengalaman lapangan. Salah satu program unggulan dalam kerangka ini adalah Kampus Mengajar, yang menuntut mahasiswa untuk berkontribusi langsung dalam literasi dan numerasi di sekolah-sekolah sasaran. Meskipun menawarkan peluang pengembangan diri yang besar, transisi dari peran mahasiswa menjadi pengajar di lingkungan yang sering kali

Ta'lim: Jurnal Pendidikan Islam © 2019 by Prodi Pendidikan Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Lampung is licensed under CC BY-SA 4.0

memiliki keterbatasan fasilitas memberikan tekanan psikologis dan tantangan adaptasi yang tidak sedikit (Az-Zahra et al., 2024).

Fenomena yang sering muncul di lapangan adalah adanya beban ganda (*dual burden*) di mana mahasiswa harus menyeimbangkan tanggung jawab program pengabdian dengan kewajiban akademik reguler yang tetap berjalan. Data lapangan menunjukkan bahwa meskipun terdapat kebijakan konversi 20 SKS, rerata beban studi riil mahasiswa tetap berada pada kisaran 18–24 SKS karena adanya mata kuliah wajib yang tidak dapat dikonversi. Kondisi ini diperberat oleh kendala logistik di mana mahasiswa harus mengajar pada pagi hari dan segera melanjutkan kuliah luring di kampus pada sore hari dengan jarak tempuh yang sering kali melebihi 10 kilometer. Jika tekanan ini tidak dikelola dengan baik, berpotensi menurunkan kesejahteraan mental dan efektivitas kinerja mahasiswa. Oleh karena itu, kemampuan mahasiswa untuk bangkit dan beradaptasi di tengah tekanan yang secara teoretis dikenal sebagai resiliensi, menjadi faktor krusial dalam keberhasilan pelaksanaan program lapangan semacam ini. Dengan resiliensi, mahasiswa dapat mengubah semua tantangan dan hambatan yang dihadapi sebagai kesempatan untuk terus berkembang dan menjadi lebih adaptif. Sebaliknya, apabila mahasiswa tidak memiliki resiliensi, maka akan berdampak pula pada ketidaktuntasannya dalam melaksanakan Program Kampus Mengajar sekaligus dalam kegiatan perkuliahannya (Az-Zahra et al., 2024).

Studi ini bertujuan untuk mengisi celah literatur tersebut dengan menganalisis dinamika resiliensi mahasiswa selama mengikuti program Kampus Mengajar. Dengan berakhirnya atau bertransformasi program-program MBKM di masa depan, evaluasi terhadap pengalaman psikologis mahasiswa menjadi sangat relevan sebagai acuan dalam merancang ekosistem dukungan yang lebih responsif. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman komprehensif mengenai bagaimana tantangan di lapangan justru menjadi katalisator bagi pertumbuhan profesional dan personal mahasiswa melalui proses resiliensi yang terstruktur.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif untuk memahami kendala yang dihadapi mahasiswa serta bentuk resiliensi yang muncul selama mengikuti Program Kampus Mengajar. Pendekatan ini dipilih untuk mengeksplorasi pengalaman subjektif mahasiswa dalam mengelola tekanan akademik dan sosial.

Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 20 mahasiswa terdiri dari 14 putri dan 6 putra yang telah mengikuti Program Kampus Mengajar pada berbagai angkatan 1-7. Latar belakang program studi bervariasi mulai dari rumpun sosial humaniora hingga saintek namun lebih didominasi oleh mahasiswa di bidang pendidikan. Dari 20 mahasiswa/mahasiswi tersebut berasal dari 7 perguruan tinggi. Sebagian besar partisipan ditempatkan di sekolah dasar negeri yang berlokasi di wilayah pedesaan dan semi-perkotaan, dengan jarak antara sekolah dengan kampus yang bervariasi, mulai dari 10 hingga lebih dari 50 kilometer dan seluruhnya berada di wilayah Daerah Istimewa Yogyakarta.

Ta'lim: Jurnal Pendidikan Islam © 2019 by Prodi Pendidikan Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Lampung is licensed under CC BY-SA 4.0

Prosedur penelitian diawali dengan penyusunan kuesioner terbuka berbasis Google Form. Instrumen berisi 15 pertanyaan terbuka yang disusun untuk mengeksplorasi pengalaman mahasiswa, mencakup motivasi mengikuti program, kendala yang dihadapi, strategi mengatasi tantangan, pengalaman stres, serta bentuk-bentuk coping dan resiliensi yang dikembangkan selama pelaksanaan program. Pemilihan kuesioner daring dipertimbangkan untuk memudahkan distribusi instrumen kepada partisipan yang tersebar di berbagai daerah, serta untuk memberikan ruang jawaban yang lebih fleksibel dan reflektif.

Data yang diperoleh dari kuesioner terbuka dianalisis menggunakan teknik Analisis Tematik (Braun & Clarke, 2006). Proses analisis diawali dengan (1) menelaah seluruh jawaban kuesioner untuk memahami konteks stres mahasiswa; (2) melabeli kata kunci terkait hambatan dan daya tahan; (3) memetakan kode tersebut ke dalam tema First, Second, and Third Wave of Resiliency; (4) meninjau kembali kecocokan dengan kutipan jawaban; dan (5) mendefinisikan tema akhir. Untuk menjamin keabsahan data kualitatif, peneliti melakukan triangulasi sumber dengan membandingkan perspektif mahasiswa dari latar belakang program studi dan universitas yang berbeda, serta melakukan member checking untuk memastikan akurasi interpretasi peneliti terhadap pengalaman partisipan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Dinamika Kendala Peserta Kampus Mengajar sebagai Katalisator Resiliensi

Dalam pelaksanaan Program Kampus Mengajar, mahasiswa menghadapi berbagai kendala baik dari sisi akademik, operasional, maupun sosial. Salah satu tantangan utama yang muncul adalah pengelolaan beban akademik yang tinggi. Meskipun program ini memungkinkan konversi hingga 20 SKS, sebagian besar mahasiswa tetap harus mengikuti sejumlah mata kuliah yang tidak dapat dikonversi. Seperti yang sudah disampaikan bahwa rerata beban studi mahasiswa berada pada kisaran 18–24 SKS, yang menuntut pengelolaan waktu dan energi secara efektif. Salah satu responden mengungkapkan,

> "Saya harus bolak balik ke kampus untuk mengikuti perkuliahan. Dari prodi juga tidak diberikan toleransi kepada mahasiswa yang mengikuti kampus mengajar. Untuk konversi sendiri sangat sulit. Bahkan tidak bisa dikonversi full 20 sks." (Partisipan 17, Mahasiswi Universitas B)

> "Ingin mendapatkan pengalaman secara langsung bagaimana terjun ke sekolah, berkolaborasi dengan warga sekolah dalam program kampus mengajar. Lalu dengan mengikuti kegiatan kampus mengajar ini juga dapat membekali saya nantinya sebagai guru SD, apalagi saya mengambil jurusan PGSD tentunya akan sangat bermanfaat bagi saya." (Partisipan 20, Mahasiswi Universitas G)

Ta'lim: Jurnal Pendidikan Islam © 2019 by Prodi Pendidikan Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Lampung is licensed under CC BY-SA 4.0

E-ISSN: 02165198 | P-ISSN: 27759725
Publisher: Prodi PAI Universitas Muhammadiyah Lampung

Selain itu, kendala geografis turut menjadi tantangan signifikan. Sebanyak 80% mahasiswa harus menempuh perjalanan lebih dari 10-kilometer antara sekolah dan kampus, dengan beberapa responden mencatat jarak tempuh mencapai lebih dari 20 kilometer. Kondisi ini memperbesar beban fisik, terutama bagi mahasiswa yang harus bergantian menghadiri kuliah luring di kampus dan mengajar di sekolah. Sebagian mahasiswa mengatasi hal ini dengan berangkat lebih awal dan menggunakan kendaraan pribadi, namun kelelahan tetap menjadi isu yang sering disebutkan.

> "Kampus Mengajar dilakukan pada pagi hari sampai siang, dilanjutkan dengan kuliah pada siang sampai sore hari." (Partisipan 03, Mahasiswi Universitas A)

> "Saya memadatkan jadwal saya agar bisa membagi antara Kampus Mengajar dan kuliah." (Partisipan 17, Mahasiswi Universitas B)

> "Membuat jadwal kehadiran dengan teman-teman Kampus Mengajar sehingga ketika saya harus kuliah, ada teman yang menggantikan." (Partisipan 10, Mahasiswi Universitas E)

Di sisi operasional, mahasiswa juga menghadapi kesulitan dalam mengelola kelas. Banyak siswa di sekolah mitra menunjukkan tingkat kemampuan membaca, menulis, dan berhitung (calistung) yang belum optimal, sehingga proses pembelajaran menjadi lebih menantang. Kesulitan dalam menjaga disiplin kelas, mengembangkan metode pembelajaran yang menarik, serta menyesuaikan materi dengan kebutuhan siswa menjadi kendala yang berulang dalam laporan mahasiswa. Seorang responden menyampaikan,

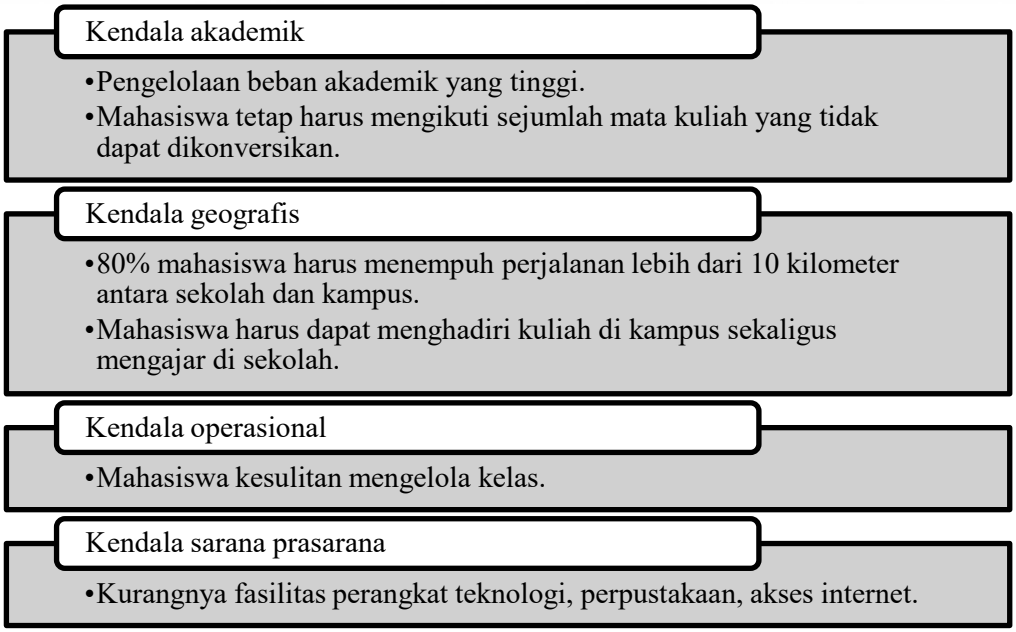
> "Guru kurang kreatif dalam membuat media pembelajaran. Untuk menangani hambatan tersebut Saya dan teman² angkatan KM membuat media pembelajaran yang belum pernah dibuat oleh guru" (Partisipan 07, Mahasiswi Universitas C)

Hambatan lain muncul dalam bentuk keterbatasan sarana prasarana di sekolah. Mahasiswa melaporkan kurangnya fasilitas seperti perangkat teknologi, perpustakaan yang memadai, serta keterbatasan akses internet, yang menghambat implementasi program kerja. Beberapa mahasiswa juga menghadapi tantangan dalam kolaborasi dengan pihak sekolah, baik karena perbedaan ekspektasi dengan guru maupun keterbatasan dukungan dari kepala sekolah.

Dari hasil yang telah didapatkan, dapat diklasifikasikan kendala-kendala yang dihadapi mahasiswa selama mengikuti Program Kampus Mengajar dengan grafis sebagai berikut.

Grafis 1. Kendala-kendala yang dihadapi mahasiswa peserta Kampus Mengajar

Ta'lim: Jurnal Pendidikan Islam © 2019 by Prodi Pendidikan Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Lampung is licensed under CC BY-SA 4.0



Secara umum, meskipun berbagai tantangan ini muncul dalam tingkat dan bentuk yang berbeda-beda, mahasiswa menunjukkan kesadaran terhadap pentingnya adaptasi dan strategi pengelolaan yang efektif untuk menyelesaikan tugas-tugas mereka selama mengikuti program. Mahasiswa tetap sadar akan tanggung jawab yang harus mereka emban, baik sebagai pengajar di sekolah penempatan untuk menjalankan tugas Kampus Mengajar, sekaligus menjalankan kewajibannya sebagai seorang mahasiswa yang tetap harus hadir dalam perkuliahan secara luring atau *offline*. Mereka mampu untuk melakukan dua tugas sekaligus.

Bentuk-bentuk Resiliensi Mahasiswa dalam Menghadapi Tantangan Kampus Mengajar

Menghadapi berbagai tantangan tersebut, mahasiswa peserta Program Kampus Mengajar menunjukkan beragam bentuk resiliensi yang mencerminkan kapasitas adaptif mereka dalam situasi tekanan. Salah satu strategi resiliensi yang paling dominan adalah kemampuan mahasiswa untuk mengelola waktu secara efektif. Mahasiswa mengatur jadwal harian dengan membagi aktivitas mengajar di pagi hingga siang hari, lalu melanjutkan perkuliahan di sore hari. Sebagian mahasiswa memilih mengambil kelas daring atau memadatkan jadwal kuliah agar tetap dapat memenuhi kewajiban akademik dan lapangan secara seimbang.

> "Saya membagi waktu, pagi untuk sekolah, sore untuk kuliah, dan malam untuk menyelesaikan tugas-tugas," (Partisipan 02, Mahasiswi Universitas A)

Selain manajemen waktu, resiliensi mahasiswa juga tercermin dalam fleksibilitas mereka dalam menghadapi perubahan dan hambatan yang tidak terduga. Ketika

Ta'lim: Jurnal Pendidikan Islam © 2019 by Prodi Pendidikan Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Lampung is licensed under CC BY-SA 4.0

menghadapi keterbatasan fasilitas sekolah, mahasiswa mencari alternatif kreatif seperti memanfaatkan sumber belajar dari internet, membuat media pembelajaran sederhana, atau memodifikasi metode pembelajaran agar tetap menarik bagi siswa. Adaptasi ini menunjukkan kematangan *problem solving* yang berkembang seiring pelaksanaan program.

Dari sisi psikologis, mahasiswa menunjukkan resiliensi internal melalui berbagai bentuk penguatan diri. Sebagian besar mahasiswa memotivasi diri dengan mengingat kembali tujuan awal mengikuti program, membangun afirmasi positif, serta mempercayai bahwa tantangan yang mereka hadapi merupakan bagian dari proses pertumbuhan pribadi. Keyakinan religius juga muncul sebagai sumber kekuatan internal, sebagaimana disampaikan oleh salah satu responden,

> "Saya yakin Allah memberikan saya kesempatan ini karena saya mampu melewatinya." (Partisipan 02, Mahasiswi Universitas A)

Strategi coping tambahan dilakukan melalui kegiatan refreshing dan *self-reward,* seperti bersosialisasi dengan teman, bermain bersama siswa, atau meluangkan waktu untuk hobi pribadi. Meskipun beberapa mahasiswa mengakui mengalami kecemasan atau kelelahan, mereka mampu mengelola stres tersebut dengan cara-cara sederhana namun efektif, menjaga keseimbangan antara tuntutan akademik, sosial, dan pribadi.

Dukungan sosial dari rekan satu tim, guru pamong, dan pihak sekolah juga berperan penting dalam membangun ketahanan mahasiswa. Diskusi kelompok, koordinasi program kerja, serta kehangatan hubungan dengan komunitas sekolah menjadi sumber energi positif yang memperkuat ketahanan mereka. Salah satu responden mencatat,

> "saya juga berusaha menjalin komunikasi baik dengan rekan setim, guru pendamping lapangan, guru pamong agar setiap kegiatan dapat dilaksanakan dengan baik." (Partisipan 08, Mahasiswi Universitas D)

Sehingga, dari hasil penggambilan data dalam penelitian ini terkait bentuk-bentuk resiliensi mahasiswa selama mengikuti Program Kampus Mengajar, dapat juga diklasifikasikan berdasarkan dengan faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi mahasiswa, yakni sebagai berikut.

1) *Social support*

   Dari data yang telah didapatkan diketahui bahwa, resiliensi yang ditunjukkan mahasiswa selama mengikuti Program Kampus Mengajar salah satunya adalah, mahasiswa mendapatkan dukungan sosial mulai dari rekan satu tim, guru pamong, dan juga pihak lain. Oleh karena itu, mahasiswa mampu untuk menghadapi tantangan, kendala dan juga hambatan. Dukungan dari orang-orang di sekitar termasuk ke dalam faktor *social support*. Karena salah satu faktor yang mempengaruhi resiliensi akademik adalah *social support*

Ta'lim: Jurnal Pendidikan Islam © 2019 by Prodi Pendidikan Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Lampung is licensed under CC BY-SA 4.0

(dukungan sosial), merupakan suatu bentuk bantuan atau perhatian yang diberikan oleh seseorang atau sekelompok orang kepada individu, di mana hal tersebut membuat individu tersebut merasa nyaman, dihargai, dan juga dicintai, sehingga individu tersebut dapat menjalankan kegiatan atau aktivitas (Yendi et al., 2023). Adanya dukungan sosial (*social support*) dari orang-orang sekitar kepada mahasiswa selama menjalankan tugas, juga menjadikan mahasiswa mampu untuk menyelesaikan tanggung jawab mereka dalam menjalankan penugasan Kampus Mengajar hingga selesainya masa penugasan.

2) *Adversity quotient*

Faktor yang mempengaruhi resiliensi mahasiswa selanjutnya adalah, *adversity quotient*. Stoltz mendeskripsikan *adversity quotient* sebagai kemampuan individu dalam menghadapi, mencerna, dan mengatasi kesulitan hidup dengan mengoptimalkan kecerdasannya. Melalui kecerdasan ini, mahasiswa mampu mengubah setiap rintangan atau hambatan akademik menjadi tantangan positif serta peluang untuk berkembang (Apriyani et al., 2023). Di mana bentuk resiliensi tersebut antara lain, mahasiswa mampu untuk mengelola waktu secara efektif, di mana mereka harus dapat membagi waktu untuk hadir dalam mengajar dan hadir dalam perkuliahan. Selain itu, faktor *adversity quotient* mahasiswa juga ditunjukkan dengan bagaimana mereka dihadapkan pada situasi keterbatasan fasilitas sekolah, di mana mereka tetap mencari solusi dengan memanfaatkan kreatifitas mereka dalam membuat media pembelajaran serta memodifikasi metode pembelajaran. Keyakinan religius yang muncul dalam diri mahasiswa sebagai sumber kekuatan, juga menjadi salah satu bentuk dari resiliensi dengan faktor *adversity quotient*. Pada dasarnya, *adversity quotient* menolong seseorang dalam menguatkan keahlian serta intensitasnya pada saat mengatasi rintangan dalam hidup dengan senantiasa berpedoman pada dasar hidup, serta tidak memedulikan situasi yang menyulitkannya (Gayatri & Isrofin, 2021).

3) *Coping Strategy*

Resiliensi mahasiswa yang didorong dengan faktor *strategi coping* ditunjukkan dengan bersosialisasi bersama teman, bermain bersama peserta didik, meluangkan waktu untuk melakukan hobi, serta sesekali *self-reward.* Dalam adaptasi psikososial, di mana suatu individu dalam kondisi stres, coping dipandang sebagai faktor penstabil yang dapat mendukung individu tersebut dalam mengendalikan stress yang sedang dialami. Sehingga, jika mahasiswa mampu menggunakan mekanisme coping secara tepat, maka tingkat stres mereka pada saat menjalankan tugas akan berkurang secara efektif. Hal tersebut juga terbukti dengan bagaimana mahasiswa menghadapi kendala selama penugasan dengan menerapkan coping.

4) *Self-esteem*

Faktor yang mendukung resiliensi mahasiswa dalam melaksanakan Program Kampus Mengajar selanjutnya adalah faktor konsep diri. Konsep diri dalam Arens et al. (2021) diartikan sebagai gambaran dan juga penilaian terhadap diri

Ta'lim: Jurnal Pendidikan Islam © 2019 by Prodi Pendidikan Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Lampung is licensed under CC BY-SA 4.0

sendiri terhadap seluruh aspek kepribadiannya yang mana bersifat dinamis, yang terbentuk melalui persepsi dan interpretasi terhadap diri dan lingkungan yang mengacu pada model Shavelson. Dalam konteks pelaksanaan program Kampus Mengajar, konsep diri termanifestasi melalui 2 elemen yakni *self-esteem* dan *self efficacy*. Faktor konsep diri *self-esteem* dalam resiliensi mahasiswa selama mengikuti Program Kampus Mengajar yakni ditunjukkan dengan, bagaimana mahasiswa selalu memotivasi dirinya dengan sangat positif, seperti mereka mengingat tujuan awal mereka mengikuti Kampus Mengajar, sehingga ketika mereka mengalami kesulitan atau ketika mereka dihadapkan pada tantangan atau kendala, mereka akan selalu mengingat tujuan awal mereka. Selain itu, mahasiswa akan selalu melakukan afirmasi-afirmasi yang positif, guna menyemangati diri mereka pada saat dihadapkan pada tantangan atau kendala. Sehingga mereka dapat menerima segala sesuatu yang ada pada dirinya. Hal tersebut sejalan dengan temuan Fitra et al. (2021) menyatakan bahwa individu yang memiliki *self-esteem* yang tinggi, akan memiliki resiliensi akademik yang tinggi pula.

5) *Self-efficacy*

Selain *self-esteem*, mahasiswa juga didorong dengan konsep diri *self-efficacy*. Bentuk resiliensi mahasiswa selama mengikuti Program Kampus Mengajar yang didorong oleh faktor *self-efficacy* diwujudkan dalam kepercayaan diri atau keyakinan pada diri mahasiswa bahwa mereka mampu untuk menghadapi segala bentuk tantangan dan kendala yang ada. Kepercayaan diri dan keyakinan diri pada mahasiswa akan kemampuan mereka inilah yang termasuk ke dalam faktor *self-efficacy*. Hal tersebut sesuai dengan yang dikemukakan oleh Bandura (1977) bahwa, *self-efficacy* sebagai keyakinan seorang individu akan kemampuannya untuk dapat menyelesaikan tugas ataupun pekerjaannya. Di mana, *self-efficacy* ini juga diartikan sebagai suatu keyakinan dari seorang individu mengenai kemampuan untuk dapat menghasilkan suatu *performance* yang bagus (Julianda, 2013). *Self-efficacy* menentukan bagaimana seseorang atau individu tersebut merasakan, berpikir, serta memotivasi diri mereka. Adanya faktor *self-efficacy* ini menjadikan mahasiswa memiliki kepercayaan dan keyakinan akan dirinya sendiri. Mengingat, tidak mudah untuk menjalankan dua tugas dan dua kewajiban sekaligus. Selain itu, lingkungan baru untuk mahasiswa selama mengajar di sekolah penempatan sudah pasti terasa asing bagi mereka, dan tugas untuk menjadi seorang guru pengganti ataupun menjadi asisten guru tentunya suatu hal yang baru, sehingga sudah pasti mereka menemukan kesulitan, tantangan, dan juga kendala selama menjalankan penugasan. Di sinilah pentingnya faktor *self-efficacy*, yang mana faktor ini juga muncul dari dalam diri mahasiswa itu sendiri, yakni kepercayaan diri dan keyakinan bahwa mereka mampu menghadapi segala kesulitan dan kendala. Sehingga mereka mampu menyelesaikan sampai akhir.

Ta'lim: Jurnal Pendidikan Islam © 2019 by Prodi Pendidikan Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Lampung is licensed under CC BY-SA 4.0

Secara keseluruhan, bentuk-bentuk resiliensi yang ditunjukkan mahasiswa dalam Program Kampus Mengajar memperlihatkan kombinasi antara ketangguhan pribadi, kreativitas dalam menyelesaikan masalah, pengelolaan stres yang adaptif, serta kemampuan untuk membangun dan memanfaatkan dukungan sosial. Sehingga, sejatinya kemampuan mahasiswa untuk dapat menyelesaikan penugasan mereka, tidak luput dari faktor dalam diri sendiri. Karena, ketika mahasiswa yakin dan percaya akan kemampuannya untuk menyelesaikan dua tugas sekaligus, maka pemikiran yang positif itu juga akan membantu mahasiswa dalam menyelesaikan segala kesulitan dan tantangan yang ada. Selain itu, didorong juga dengan faktor lain, seperti *social support* (dukungan sosial), *adversity quotient*, strategi coping, dan faktor konsep diri berupa *self-esteem* dan *self-efficacy*. Hal ini menjadi indikator penting keberhasilan program dalam membentuk mahasiswa yang tidak hanya kompeten secara akademik, tetapi juga tangguh dalam menghadapi dinamika lapangan pendidikan.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi berbagai kendala yang dihadapi mahasiswa peserta Program Kampus Mengajar serta menganalisis bentuk-bentuk resiliensi yang mereka kembangkan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa menghadapi berbagai tantangan, baik dari aspek akademik, geografis, operasional, maupun psikososial. Resiliensi dipahami secara luas sebagai kapasitas individu untuk beradaptasi secara positif terhadap kesulitan yang signifikan (Luthar & Cicchetti, 2000). Dalam konteks pendidikan tinggi, resiliensi bukan sekadar fenomena luar biasa, melainkan sebuah "keajaiban biasa" (*ordinary magic*) yang muncul dari sistem adaptasi dasar manusia dalam menghadapi tantangan akademik (Masten, 2014). Thomas (2020) menekankan bahwa resiliensi, bersama dengan strategi koping dan rasa memiliki (*belonging*), merupakan elemen krusial yang menentukan retensi dan keberhasilan mahasiswa dalam menyelesaikan studinya. Menghadapi tekanan tersebut, faktor internal mahasiswa memegang peranan penting. Utami (2020) menemukan bahwa rasa bersyukur berkontribusi signifikan terhadap resiliensi akademik, yang memungkinkan mahasiswa melihat sisi positif di tengah keterbatasan.

Dalam menghadapi tantangan tersebut, mahasiswa mengembangkan respons-respons adaptif yang tidak berdiri sendiri, melainkan bergerak secara bertahap dan saling terkait sebagaimana di gambarkan dalam kerangka *Three Waves of Resiliency Inquiry* (Richardson, 2002). Penting untuk dicatat bahwa proses resiliensi ini tidak terjadi di ruang hampa, melainkan sangat dipengaruhi oleh konteks lingkungan dan budaya di mana individu berada (Ungar, 2008). Melalui penggabungan perspektif koping, faktor psikologis positif, dan tahapan gelombang resiliensi ini, penelitian berupaya memetakan bagaimana mahasiswa peserta Kampus Mengajar mentransformasikan tekanan lapangan menjadi kekuatan profesional.

Dalam konteks *First Wave: Resilient Qualities,* disrupsi psikologis muncul ketika tuntuan program Kampus Mengajar berupa beban studi riil 18-24 sks dan jarak tempuh lapangan yang panjang serta tanggung jawab mengajar telah melampaui kapasitas

Ta'lim: Jurnal Pendidikan Islam © 2019 by Prodi Pendidikan Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Lampung is licensed under CC BY-SA 4.0

kognitif dan emosional yang terbentuk selama masa perkuliahan reguler. Kesenjangan antara tuntutan lingkungan baru dan kemampuan beradaptasi yang sudah dimiliki ini disebut sebagai titik pemicu (*disruption*) yang mendorong mahasiswa keluar dari kondisi seimbang menuju ketidakseimbangan psikologis. Partisipan secara eksplisit menandai kondisi ini melalui beban ganda antara konversi sks yang tidak menyeluruh dan jadwal mengajar dengan kuliah yang bertumpuk.

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki kualitas personal yang mendukung ketahanan mereka, seperti *self-efficacy, self-esteem,* dan dukungan sosial. Secara biopsikososial, *self-efficacy* berfungsi sebagai regulator kognitif yang membentuk penilaian mahasiswa atas kemampuannya menghadapi tuntutan (Bandura, 1977), sedangkan *self-esteem* berperan sebagai penyangga afektif yang menjaga stabilitas emosi ketika tekanan meningkat. Temuan ini konsisten dengan pandangan Zimmerman (2000) yang menegaskan bahwa *self-efficacy* merupakan faktor kunci dalam memotivasi individu untuk tetap bertahan di bawah tekanan. Cara mahasiswa memotivasi diri dengan positif seperti mengingat tujuan awal mereka mengikuti Program Kampus Mengajar, membangun afirmasi positif, serta percaya pada diri sendiri, bahwa mereka mampu untuk menghadapi tantangan, juga menegaskan bahwa *self-esteem* menjadi faktor penting dan kunci mahasiswa mampu menghadapi tantangan dan kendala yang ada.

Selain itu, dukungan sosial (*social support*) yang diperoleh dari teman satu tim, guru pamong, dan keluarga memperkuat kapasitas adaptif mahasiswa. Hubungan sosial yang positif tersebut berperan penting dalam membantu mahasiswa mengatasi tekanan emosional dan mempertahankan motivasi, sebagaimana dikemukakan oleh Masten (2014) dalam teorinya mengenai faktor protektif sosial terhadap ketahanan individu. Sekaligus menguatkan temuan Holaday & McPhearson (1997) terkait tiga aspek yang memberikan pengaruh pada resiliensi, yakni 1) *psychological resources* yang mana mencakup *locus of control* internal serta empati, 2) dukungan sosial *(social support),* yang mencakup pengaruh budaya, dukungan komunitas, individu, serta sanak saudara, 3) *cognitive skills.* Selain itu, dukungan sosial didapatkan oleh mahasiswa dalam menjalankan tugas Kampus Mengajar sekaligus membuktikan kembali prinsip dasar buffering hypothesis dari Cohen & Wills (1985) bahwa, dukungan sosial tersebut bertindak sebagai pelindung krusial agar individu dapat kembali bangkit dari tekanan atau *pressure* yang dihadapinya atau bersikap resilien.

Dalam dialog dengan riset terdahulu, temuan pada *First Wave* ini sejalan dengan Solikhah dan Suminar (2022) menyoroti bahwa adanya harapan (*hope*) menjadi motor penggerak bagi mahasiswa untuk tetap bertahan dalam situasi sulit. Namun kualitas protektif tersebut muncul karena ditopang oleh keyakinan religius sebagai sumber afektif tersendiri sebagaimana disampaikan Partisipan 02. Keyakinan religius ini memberi makna transendental pada krisis yang dihadapi, sehingga tekanan yang semula berpotensi disruptif justru dimaknai ulang sebagai bagian dari proses yang harus dijalani. Hal ini merupakan mekanisme kognitif yang mempercepat transisi menuju gelombang berikutnya.

Ta'lim: Jurnal Pendidikan Islam © 2019 by Prodi Pendidikan Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Lampung is licensed under CC BY-SA 4.0

Pada *Second Wave: The Resiliency Process,* resiliensi mahasiswa tercermin dalam proses coping aktif yang dikembangkan untuk menyesuaikan diri dengan situasi lapangan. Mahasiswa mengelola tekanan dengan mengatur jadwal kegiatan, menyesuaikan program kerja dengan kondisi sekolah, dan mencari alternatif pembelajaran di tengah keterbatasan fasilitas. Strategi coping tersebut menguatkan temuan Folkman dan Moskowitz (2004)yang menggambarkan coping sebagai proses dinamis yang mana memungkinkan individu untuk dapat menyesuaikan respons emosional dan juga perilaku terhadap tuntutan eksternal.

Sebagai contoh, mahasiswa yang menghadapi keterbatasan fasilitas belajar berinisiatif untuk menggunakan sumber belajar alternatif dan merancang metode pembelajaran kreatif. Mahasiswa juga mengembangkan teknik pengelolaan stres melalui afirmasi positif, manajemen waktu yang disiplin, serta pencarian makna dari pengalaman kesulitan, yang sejalan dengan gagasan Ungar (2008) mengenai resiliensi sebagai proses perkembangan yang memperkaya kapasitas individu melalui interaksi dengan konteks lingkungan dan budaya tempat ia berada.

Menurut Wijayanti dan Purwaningtyas (2020), hasil dari Second Wave ini sejalan dengan penelitian sebelumnya. Mereka menyatakan bahwa kemampuan untuk mengelola stres dan resiliensi sangat penting bagi mahasiswa untuk menghadapi tantangan struktural maupun emosional selama masa studi. Namun, penelitian ini menemukan hal baru bahwa di kampus mengajar, tingkat kelelahan fisik yang disebabkan oleh adaptasi lapangan, terutama mobilitas dengan jarak tempuh lebih dari dua puluh kilometer, sebanding dengan tingkat keterstrukturan dan disiplin pola pengaturan waktu yang dibangun siswa. Temuan ini menunjukkan bahwa dimensi geografis-fisik, yang relatif jarang dibahas dalam literatur resiliensi akademik pada umumnya, menjadi pendorong signifikan bagi kematangan strategi coping pada konteks program pengabdian berbasis lapangan.

Penelitian ini, berdasarkan perspektif Third Wave: Innate Resilience, menemukan bahwa pengalaman menghadapi tantangan dalam program kampus mengajar mendorong kekuatan motivasi internal mahasiswa untuk muncul. Banyak siswa yang mampu bertahan melaporkan bahwa mereka telah berkembang secara pribadi, seperti menjadi lebih kreatif, lebih tahan emosional, dan lebih mampu beradaptasi. Temuan ini mendukung konsep Richardson (2002) mengenai *innate resilience,* di mana individu memanfaatkan pengalaman disrupsi sebagai pendorong aktualisasi diri.

Berdasarkan perbandingan dengan penelitian sebelumnya, hasil penelitian ini memperluas pemahaman tentang resiliensi dalam konteks pendidikan tinggi berbasis pengabdian masyarakat. Penelitian oleh Martiwi et al. (2025) menunjukkan bahwa peserta program MBKM di bidang magang industri (MSIB) membangun aspek pengembangan diri berupa resiliensi dan kepercayaan diri melalui akumulasi pengalaman praktis langsung di lingkungan kerja industri. Namun, mahasiswa peserta Program Kampus Mengajar dalam penelitian ini menghadapi kompleksitas tambahan berupa tekanan geografis dan dinamika sosial di lingkungan sekolah, yang mengharuskan mereka mengembangkan strategi resiliensi multidimensi.

Ta'lim: Jurnal Pendidikan Islam © 2019 by Prodi Pendidikan Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Lampung is licensed under CC BY-SA 4.0

Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa resiliensi mahasiswa dalam program kampus mengajar tidak hanya melibatkan kemampuan untuk bertahan menghadapi tekanan, tetapi juga kemampuan untuk berkembang dan beradaptasi secara kreatif, serta membangun kekuatan internal yang membantu aktualisasi diri mahasiswa dalam menghadapi dinamika pendidikan di masyarakat. Pengalaman mengelola tekanan akademik dan lapangan, beradaptasi dengan sumber daya yang terbatas, dan bekerja sama dengan orang lain di tempat kerja baru memberikan kemampuan yang diperlukan untuk menghadapi dinamika dunia kerja yang akan datang. Temuan ini sejalan dengan argumen Masten (2014) bahwa resiliensi yang berkembang dalam masa pendidikan tinggi berkontribusi terhadap ketahanan individu dalam menghadapi transisi hidup dan tantangan karier.

Dapat disimpulkan bahwa ketiga gelombang tersebut bukan tahapan yang berdiri sendiri, melainkan satu siklus energi psikologis yang berkesinambungan: kualitas protektif (*First Wave*) menjadi bahan bakar bagi proses adaptif (*Second Wave*), yang keberhasilannya kemudian dikonversi menjadi modal psikologis baru pada (*Third Wave*). Ketiga gelombang tersebut merupakan sebuah siklus yang berpotensi terus berulang dan menguat setiap kali mahasiswa menghadapi krisis serupa di masa depan.

Temuan mengenai siklus tiga gelombang resiliensi ini memiliki implikasi praktis bagi pengelola program MBKM. Pertama, karena disrupsi *First Wave* sebagian besar dipicu oleh kesenjangan struktural antara kebijakan konversi sks program KM dengan kurikulum prodi, maka pengelola program perlu meninjau ulang mekanisme konversi agar bersifat menyeluruh dan fleksibel, bukan sekedar konversi parsial yang pada kenyataannya tetap membebani mahasiswa dengan 18-24 sks dengan kegiatan di kampus dan lapangan sekaligus. Kedua, pengelola program dalam hal ini Kementrian dan perguruan tinggi disarankan merancang sistem pendampingan yang lebih terstruktur karena faktor dukungan sosial dapat meredam disrupsi psikologis mahasiswa.

Oleh karena itu, institusi pendidikan tinggi disarankan untuk lebih eksplisit dalam merancang program-program berbasis pengalaman nyata yang tidak hanya berorientasi pada pencapaian akademik, tetapi juga pada pengembangan kapasitas adaptif mahasiswa. Penguatan aspek resiliensi ini menjadi krusial dalam membekali lulusan untuk menjadi agen perubahan di masyarakat, khususnya dalam menghadapi tantangan global yang semakin kompleks.

Temuan penelitian ini juga membuka ruang refleksi terhadap pentingnya pengembangan sistem pendukung institusional yang mampu mendorong mahasiswa untuk membangun resiliensi secara optimal. Intervensi berbasis pelatihan *coping strategies*, penguatan jaringan sosial kampus, serta pemberian ruang refleksi personal melalui mentoring atau coaching dapat menjadi upaya konkret yang memperkuat daya tahan dan daya tumbuh mahasiswa. Dengan demikian, hasil penelitian ini memberikan kontribusi tidak hanya pada pengayaan literatur tentang resiliensi, tetapi juga pada perancangan kebijakan pendidikan tinggi yang lebih holistik dan adaptif terhadap kebutuhan mahasiswa masa kini.

Ta'lim: Jurnal Pendidikan Islam © 2019 by Prodi Pendidikan Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Lampung is licensed under CC BY-SA 4.0

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami beragam hambatan, baik dalam aspek akademik, geografis, operasional, sarana prasarana, maupun sosial. Meskipun demikian, mahasiswa mampu mengembangkan strategi adaptif melalui manajemen waktu, inovasi dalam pembelajaran, pengelolaan stres secara positif, serta penguatan jaringan dukungan sosial. Temuan ini memperkuat konsep resiliensi sebagai proses dinamis yang melibatkan faktor personal, sosial, dan motivasional internal.

Implikasi praktis dari penelitian ini menunjukkan pentingnya dukungan struktural yang lebih kuat dalam penyelenggaraan Program Kampus Mengajar, termasuk mekanisme konversi SKS yang lebih fleksibel, pelatihan *coping strategies*, dan pembentukan komunitas dukungan antar peserta. Selain itu, hasil penelitian ini menegaskan perlunya integrasi penguatan kapasitas resiliensi dalam kurikulum pendidikan tinggi, khususnya bagi mahasiswa yang terlibat dalam program berbasis pengabdian masyarakat.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, antara lain penggunaan metode kuesioner daring yang membatasi kedalaman eksplorasi pengalaman partisipan serta keterbatasan jumlah partisipan yang dapat mempengaruhi generalisasi temuan. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan pendekatan kualitatif yang lebih mendalam, seperti wawancara semi-terstruktur atau studi longitudinal, guna memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai dinamika perkembangan resiliensi mahasiswa dalam konteks program pengabdian masyarakat.

Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat menjadi kontribusi awal dalam memperkaya kajian tentang resiliensi mahasiswa, serta memberikan dasar empiris bagi pengembangan kebijakan dan praktik pendidikan tinggi yang lebih responsif terhadap tantangan dunia nyata.

DAFTAR PUSTAKA

Apriyani, Y., Uyun, M., Studi, P., Islam, P., Psikologi, F., & Info, A. (2023). The Role of Self-Resilience and Self-Efficacy to Increase Adversity Quotient. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, *11*(2), 162–167. https://doi.org/10.30872/PSIKOBORNEO.V11I2.10988

Arens, A. K., Jansen, M., Preckel, F., Schmidt, I., & Brunner, M. (2021). The Structure of Academic Self-Concept: A Methodological Review and Empirical Illustration of Central Models. *Review of Educational Research*, *91*(1), 34–72. https://doi.org/10.3102/0034654320972186

Az-Zahra, D., Saragih, S., Amanda, R., & Rini, P. (2024). Hubungan antara Efikasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Resiliensi pada Mahasiswa yang Mengikuti Program Magang MSIB. *Jurnal Pendidikan Dan Psikologi Pintar Harati*, *20*(2). https://doi.org/10.36873/JPH.V20I2.14137

Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change. In *Psychological Review* (Vol. 84, Number 2).

Ta'lim: Jurnal Pendidikan Islam © 2019 by Prodi Pendidikan Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Lampung is licensed under CC BY-SA 4.0

Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, *3*(2), 77–101. https://doi.org/10.1191/1478088706QP063OA

Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis. *Psychological Bulletin*, *98*(2), 310–357. https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310

Fitra, S. B., Widyana, R., & Widanarti, M. (2021). Hubungan Antara Konsep Diri Akademis Dengan Resiliensi Akademis Pada Mahasiswa. *PSIKOSAINS (Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Psikologi)*, *16*(2), 117–127. https://doi.org/10.30587/PSIKOSAINS.V16I2.4561

Folkman, S., & Moskowitz, J. T. (2004). Coping: Pitfalls and promise. *Annual Review of Psychology*, *55*(1), 745–774. https://doi.org/10.1146/annurev.psych.55.090902.141456

Gayatri, R., & Isrofin, B. (2021). Hubungan Peer Social Support dan Adversity Quotient dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa di Masa Pandemi. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, *5*(2), 226–236. https://doi.org/10.31316/g.couns.v5i2.1568

Holaday, M., & McPhearson, R. W. (1997). Resilience and severe burns. *Journal of Counseling and Development*, *75*(5), 346–356. https://doi.org/10.1002/J.1556-6676.1997.TB02350.X;WGROUP:STRING:PUBLICATION

Julianda, B. N. (2013). Prokrastinasi dan Self Efficacy pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Surabaya. *CALYPTRA*, *1*(1), 1–15. https://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/view/90

Luthar, S. S., & Cicchetti, D. (2000). The construct of resilience: Implications for interventions and social policies. *Development and Psychopathology*, *12*(4), 857–885. https://doi.org/10.1017/S0954579400004156

Martiwi, R., Elyana, I., Suardhita, N., & Rahman, A. (2025). The Influence of Self-Development and Internship Experience on Job Readiness. *Golden Ratio of Human Resource Management*, *5*(2), 374–382. https://doi.org/10.52970/grhrm.v5i2.1304

Masten, A. S. (2014). *Ordinary Magic: Resilience in Development*. Guilford Press.

Richardson, G. E. (2002). The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of Clinical Psychology*, *58*(3), 307–321. https://doi.org/10.1002/jclp.10020

Rouder, J., Saucier, O., Kinder, R., & Jans, M. (2021). What to Do With All Those Open-Ended Responses? Data Visualization Techniques for Survey Researchers. *Survey Practice*, *14*(1), 1–9. https://doi.org/10.29115/SP-2021-0008

Solikhah, N., & Suminar, D. R. (2022). Harapan (Hope) dan Resiliensi Akademik Siswa SMA/SMK di Masa Pandemi COVID-19. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, *2*(1), 720–728. https://doi.org/10.20473/brpkm.v2i1.36192

Thomas, L. (2020). Student retention in higher education: the role of resilience, coping, and belonging. *Journal of Education and Higher Education*, *44*(2), 228–241. https://doi.org/10.1080/03075079.2019.1647412

Ta'lim: Jurnal Pendidikan Islam © 2019 by Prodi Pendidikan Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Lampung is licensed under CC BY-SA 4.0

Ungar, M. (2008). Resilience across cultures. *British Journal of Social Work*, *38*(2), 218–235. https://doi.org/10.1093/bjsw/bcl343

Utami, L. H. (2020). Bersyukur dan resiliensi akademik mahasiswa. *Nathiqiyyah: Jurnal Psikologi Islam*, *3*(1), 1–21. https://doi.org/10.46781/nathiqiyyah.v3i1.69

Wijayanti, D. K. A., & Purwaningtyas, F. D. (2020). Coping stres, resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Psikologi Wijaya Putra*, *1*(2), 16–25. https://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=2815055

Yendi, F. M., Khairiyah, F. N., Firman, F., & Sukma, D. (2023). The Relationship Between Peer Social Support and Student Academic Resilience. *Jurnal Neo Konseling*, *5*(1), 5. https://doi.org/10.24036/00706kons2023

Zimmerman, B. J. (2000). Self-efficacy: An essential motive to learn. *Contemporary Educational Psychology*, *25*(1), 82–91. https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1016

Ta'lim: Jurnal Pendidikan Islam © 2019 by Prodi Pendidikan Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Lampung is licensed under CC BY-SA 4.0