



Original Article

Dukungan Sosial Dosen terhadap Hardiness pada Mahasiswa Tingkat Akhir

Asrina Endarwaty^{1✉}, Hapsa Sangkota²

^{1,2}Universitas Tompotika Luwuk

Korespondensi Email: endarwatyasrina@gmail.com[✉]

Abstrak:

Hardiness is a much needed skill for final year students. With hardiness, students are able to persevere and manage stress in facing their academic problems. However, increasing hardiness cannot be separated from the social support of lecturers. This study employs a qualitative approach using phenomenological methods to explore participants' experiences in depth, particularly regarding the challenges they face as final-year students, the forms of social support they receive from lecturers, and the relationship between these factors and their hardiness in completing their final assignments. The study participants include final-year students who are currently writing their theses and were selected using purposive sampling techniques. Data collection was conducted through in-depth interviews and supporting documentation. Data analysis used the Miles and Huberman model, which includes data reduction, data presentation, and conclusion drawing. The results of the study showed that final-year students face various challenges, both academic and psychological. The social support received by students from lecturers took the form of emotional, informational, evaluative, and instrumental support. This support played a role in strengthening students' hardiness, namely by increasing their self-confidence, involvement and commitment, and helping them to interpret pressure as a challenge.

Kata kunci: social supports from lecturers, hardiness, final year students

Pendahuluan

Bagi mahasiswa, semester akhir merupakan fase yang sangat menantang, bahkan tidak jarang juga menakutkan. Pada fase ini mahasiswa dihadapkan dengan satu tantangan terberat, yaitu penyusunan tugas akhir studi dalam hal ini skripsi sebagai syarat kelulusan. Tuntutan yang demikian berat dirasakan tentu membuat mahasiswa tingkat akhir rentan menghadapi permasalahan, tidak saja dalam hal

akademik, tetapi juga berdampak kepada kondisi psikologis. Adapun dari segi akademik, hal yang sudah pasti dirasakan mahasiswa berkenaan dengan kesulitan di dalam soal mengatur waktu, penguasaan terhadap topik penelitian sampai dengan penyusunan laporan penelitian. Sedangkan dalam aspek psikologis, hal yang hampir oleh mahasiswa adalah kecemasan, rendahnya tingkat motivasi, dan juga stres disebabkan oleh adanya kekhawatiran yang berlebihan akan masa depan. Umumnya, para mahasiswa mengkhawatirkan mengenai kejelasan masa depannya akan menjadi apa nantinya setelah selesai kuliah sehingga hal tersebut menjadi tekanan bagi mahasiswa. Tekanan tersebut berdampak sampai kepada kesehatan fisik dan mental, seperti mudah merasa lelah, jantung berdebar-debar, mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi dan merasakan kecemasan ([Handara & Irafahimi, 2022](#)).

Merujuk hasil penelitian yang ditemukan oleh Cole et.al (2004), bahwa individu yang merasakan stres, biasanya kurang produktif dan lebih sulit dalam pembelajaran. Ketika merasa tertekan, banyak mahasiswa yang berhenti mengerjakan atau mengabaikan skripsinya, dan tentu saja hal ini sangat mengkhawatirkan dan harus disikapi secara serius. Sebab, apabila kondisi di atas dibiarkan berlangsung dalam waktu yang lama, diprediksi dapat menghambat kelulusan maupun keberhasilan akademik. Hal ini sebagaimana temuan dari [Efendi \(2018\)](#) bahwa keterlambatan kelulusan pada mahasiswa disebabkan karena ketidakmampuan mengelola tekanan yang membuatnya menunda pengerjaan skripsi. Sementara itu, [Mukhtar \(2023\)](#) dalam penjelasannya mengatakan bahwa munculnya kecemasan pada mahasiswa akhir dapat menjadi indikasi rendahnya ketangguhan atau *hardiness*.

Dengan banyaknya tekanan yang dihadapi oleh individu, termasuk juga mahasiswa tingkat akhir, maka diperlukan suatu karakter yang dapat membantu individu atau mahasiswa tersebut agar dapat bertahan dan menyelesaikan permasalahannya, dan karakter yang dimaksud yaitu *Hardiness*. Menurut [Kobasa \(1979\)](#), *Hardiness* merupakan ketangguhan individu yang terdiri dari tiga aspek, yaitu *commitment* (komitmen terhadap kegiatan dan tujuan), *control* (kepercayaan dapat mengendalikan situasi), dan *challenge* (memaknai kesulitan sebagai peluang berkembang). Dalam hal ini, dapat dipahami bahwa *hardiness* sangat penting dalam mendorong penyelesaian tugas akhir mahasiswa sekalipun berada di bawah tekanan. Sementara itu, [Hasbi & Alwi \(2023\)](#) menyatakan bahwa dukungan sosial berperan penting dalam membentuk *hardiness*, dimana individu yang mendapatkan dukungan sosial yang tinggi, cenderung memiliki ketangguhan yang lebih kuat dalam menghadapi tekanan. Individu dengan *hardiness* tinggi mampu menghadapi tekanan akademik, sementara individu dengan *hardiness* rendah cenderung tidak yakin terhadap kemampuannya sehingga mudah menyerah ketika menghadapi permasalahan. Hal ini sangat sejalan dengan hasil temuan dari [Efendi, Anwar & Akmal \(2023\)](#), yaitu bahwa salah satu yang membuat mahasiswa bertahan dalam mengerjakan skripsinya adalah dukungan dari lingkungan, hal mana dukungan dimaksud dapat berasal dari teman dekat, orang tua, tidak terkecuali dosen.

Dalam perguruan tinggi, seorang dosen memiliki peran yang sangat penting dan strategis tidak saja sebagai pendidik, tetapi lebih dari itu mereka juga dapat berperan sebagai pendukung sosial dan juga pembimbing akademik. Tentu ada banyak cara yang bisa dilakukan dalam memberikan dukungan, misalnya seperti memberi pengarahan akademik, memberikan motivasi dan perhatian, termasuk juga berempati dengan keadaan yang dialami mahasiswa. Sebagaimana menurut teori

dukungan sosial, interaksi positif dan dukungan interpersonal dapat mengurangi stres, meningkatkan kepercayaan diri, dan mengokohkan ketangguhan individu ([House, 1981; Cohen, 2000](#)). Adapun yang dimaksud dengan dukungan sosial dosen disini adalah terdiri dari empat aspek, yaitu dukungan informasional (arahan dan saran), dukungan instrumental (bantuan materi atau akses layanan), dukungan emosional (empati, perhatian), dan dukungan penilaian atau penghargaan (pengakuan atau evaluasi positif).

Berkaitan dengan hal yang telah diuraikan di atas, [Efendi \(2023\)](#) dalam penelitiannya menemukan bahwa semester akhir membutuhkan dukungan sosial yang lebih tinggi dibandingkan semester lain. Hal ini selaras dengan studi sebelumnya yang menunjukkan bahwa dukungan sosial dapat meningkatkan *academice resilience* dan *hardiness mahasiswa* yang memungkinkan mereka menghadapi tantangan akademik dengan lebih baik ([Florentina, Gunawa, & Andini, 2025](#)). Tidak hanya itu, dalam studi yang lain juga ditemukan adanya keterikatan positif antara dukungan sosial dan *hardiness* terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa sehingga mahasiswa yang mendapatkan dukungan sosial yang memadai kemungkinan menunjukkan *hardiness* yang kuat dalam menghadapi berbagai tekanan kehidupan akademik maupun personal, sebagaimana dalam studi yang dilakukan [Melani, Ihsan, & Kosasih \(2024\)](#).

Namun demikian, meskipun telah banyak penelitian yang menggali dukungan sosial dosen terhadap stres akademik atau prestasi mahasiswa, penelitian yang berfokus mengeksplorasi peran dukungan dosen terhadap *hardiness* mahasiswa akhir secara kualitatif masih terbilang masih sangat terbatas. Sebagian besar penelitian masih berfokus pada pengaruh dukungan sosial teman sebaya atau hubungan akademik secara umum, tanpa menggali pengalaman mahasiswa akhir membentuk *hardiness* mereka. Oleh sebab itu, maka penelitian ini menjadi sangat penting untuk dilakukan untuk menggali tantangan yang dihadapi mahasiswa akhir dalam penyusunan tugas akhir, dan memahami bentuk dukungan sosial yang diterima mahasiswa, serta menelaah dukungan sosial dosen dan kontribusinya terhadap pengembangan *hardiness* mahasiswa pada tingkat akhir. Akhirnya, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman dan/atau gambaran yang mendalam terkait peran dukungan sosial dosen dalam mendukung pengembangan *hardiness* mahasiswa akhir.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi untuk memahami pengalaman subjektif mahasiswa tingkat akhir. Partisipan penelitian adalah mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi dan dipilih menggunakan *teknik purposive sampling*. Kriteria partisipan meliputi mahasiswa aktif, sedang menyusun tugas akhir, dan mengalami tekanan akademik. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur dan dokumentasi pendukung. Analisis data menggunakan model Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan. Keabsahan data dijaga melalui triangulasi sumber dan member check.

Hasil Penelitian dan pembahasan

Tantangan Mahasiswa Akhir

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir selama proses penyusunan tugas akhir menghadapi bermacam-macam tantangan. Adapun di antara berbagai macam tantangan yang dialami tersebut adalah seperti merasa kesulitan dalam mengatur waktu, minimnya motivasi, merasa tertekan secara psikologis, minimnya dukungan akademik yang diterima, serta kurangnya pemahaman terkait teknis penulisan juga ikut menjadi kendala dalam penyusunan tugas akhir bagi mahasiswa akhir. Setiap hambatan yang dialami oleh mahasiswa sifatnya beragam, tergantung pada keadaan psikis masing-masing yang mempengaruhinya.

Sebagaimana tergambar dari pernyataan partisipan berikut ini: *“selalu menunda-nunda sampai tidak sadar kalau deadline semakin dekat”* (P1), *“masih bingung memulai dari mana karena kurang paham sama topik maupun penulisan (P5)”*, *saya sering membandingkan diri dengan teman yang lebih cepat dan overthinking juga dengan hasil penelitian (P2)”*. Selain itu, yang juga menjadi tantangan tersendiri adalah terbatasnya akses mahasiswa untuk dapat menghubungi dan menemui dosen pembimbing, sebagaimana yang diungkapkan oleh partisipan bahwa, *“dosen sulit dihubungi jadi belum pernah bimbingan”* (P3). Berbagai macam kendala yang dialami mahasiswa tingkat akhir seringkali berpengaruh terhadap proses penyelesaian skripsi oleh mahasiswa tersebut.

Berbagai kendala tersebut tidak hanya menghambat proses penyusunan skripsi tetapi juga mempengaruhi kondisi psikologis mahasiswa seperti meningkatnya kecemasan, keraguan terhadap kemampuan diri serta kecenderungan untuk menunda penyelesaian tugas akhir.

Bentuk Dukungan Sosial Dosen

Berkenaan dengan dukungan sosial dosen terhadap mahasiswa, dalam penelitian ini ditemukan ada empat bentuk utama dukungan sosial dari dosen yang diterima oleh mahasiswa. Keempat bentuk dukungan sosial dimaksud adalah berupa dukungan informasional, dukungan emosional, dukungan instrumental dan dukungan penilaian. Keempat bentuk dukungan ini dirasakan oleh mahasiswa selama proses penyusunan tugas akhir dan sangat berperan penting dalam membantu mahasiswa menghadapi tuntutan akademik, dalam hal ini penyelesaian tugas akhir.

Adapun bentuk dukungan informasional disini ditunjukkan melalui pemberian arahan yang jelas terkait penulisan skripsi, memberikan solusi kepada mahasiswa atas masalah ataupun kesulitan-kesulitan yang dihadapi berkenaan dengan penulisan skripsi, termasuk juga merekomendasikan referensi-referensi yang relevan dengan judul skripsi yang diangkat oleh mahasiswa, serta menjelaskan format dan sistematika penulisan yang benar. Dan sudah barang tentu dukungan ini sangat membantu mahasiswa tingkat akhir dalam memahami standar dan kriteria penulisan akademik serta memberi arah yang jelas kepada mahasiswa tersebut dalam mengerjakan tugas akhir secara terstruktur dan sistematis.

Sedangkan dukungan emosional yang dimaksud di sini adalah berupa kepedulian dan keterbukaan dosen terhadap mahasiswa yang terlihat dari perhatian yang ditunjukkan oleh dosen terhadap kondisi mahasiswa, termasuk kesediaan untuk menanyakan kabar dari mahasiswa maupun perkembangan penulisan skripsinya, dan mampu mendengarkan berbagai keluhan dari mahasiswa, serta keyakinan dosen terhadap kemampuan mahasiswa tersebut untuk menyelesaikan skripsinya. Sikap

yang demikian dari seorang dosen akan memberikan rasa aman dan penerimaan bagi mahasiswa dalam proses bimbingan yang sedang dijalaninya.

Selain itu, mahasiswa juga menerima dukungan instrumental berupa tersedianya jadwal bimbingan secara rutin, diberikan kemudahan dalam proses bimbingan baik secara langsung maupun daring, serta kesediaan dosen untuk meluangkan waktu bimbingan ketika mahasiswa membutuhkannya. Sementara dukungan penilaian disini berupa evaluasi penulisan yang teliti dan objektif, seperti memberi koreksi dan saran serta catatan perbaikan yang jelas. Bentuk dukungan ini sangat membantu mahasiswa dalam memahami kekuatan dan kekurangan yang ada pada tulisannya sekaligus menjadi penguatan dalam penyusunan tugas akhir.

Dukungan Sosial dan *Hardiness*

Tema 1. Dukungan akademik dapat meningkatkan kepercayaan diri

Penting untuk dipahami bahwa tingkat kepercayaan diri seorang mahasiswa akhir dalam menyelesaikan tugas akademiknya sangat ditentukan oleh dukungan akademik yang diberikan seorang dosen, sebagaimana terungkap dalam penelitian ini. Adapun yang dipahami sebagai dukungan akademik dosen disini adalah mengacu pada bentuk dukungan sosial yang diberikan oleh dosen kepada mahasiswanya, meliputi dukungan informasional, dukungan instrumental dan dukungan penilaian.

Mayoritas mahasiswa yang diwawancarai dalam penelitian ini menjelaskan bahwa dalam proses bimbingan skripsi, dosen memberikan arahan yang jelas kepada mereka seperti mengoreksi dan memberikan saran-saran perbaikan, juga memberi penilaian yang objektif terhadap tulisan mereka serta memiliki kesediaan untuk berdiskusi dengan mereka terkait skripsi tersebut baik secara langsung maupun daring. Berbagai dukungan yang diterima membantu mahasiswa memahami standar penulisan yang benar, mengetahui kekurangan serta memahami langkah-langkah perbaikan yang akan dilakukan sehingga memfasilitasi dalam kelancaran pengerjaan tugas akhir. Selain itu, melalui proses bimbingan, mahasiswa juga dapat memahami kekuatannya sehingga mendorong mahasiswa lebih optimis dan lebih percaya diri. Hal ini tergambar dalam jawaban partisipan di bawah ini:

“Informasi yang diberikan dosen sangat membantu saya dalam menentukan jalur penulisan saya, serta feedback yang diberikan buat tulisan saya jadi lebih baik” (P2), “penilaian dosen membuat saya yakin punya kemampuan untuk menyelesaikan tugas akhir” (P6) “Dosen mengoreksi skripsi saya dengan objektif dan adil sehingga membuat saya lebih percaya diri”

Dari hasil wawancara tersebut menunjukkan bahwa dukungan yang diberikan oleh seorang dosen kepada para mahasiswa akhir sangat membantu proses penyelesaian tugas akhir akademik serta membantu dalam menyusun alur penulisan. Pemahaman yang memadai terkait dengan aspek penulisan tugas akhir akademik, dalam hal ini skripsi, dapat meningkatkan keyakinan diri maupun motivasi mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akademiknya. Hal ini sejalan dengan pendapat Sufarita dalam (Mukhtar et.al, 2023) bahwa Individu dapat mengatasi dan mengelola tekanan ketika ia mampu memahami situasi dan perilakunya.

Mukhtar et.al (2023) menjelaskan bahwa dukungan sosial berperan penting terhadap peningkatan *self efficacy* dan motivasi yang berkontribusi langsung

terhadap *hardiness* mahasiswa. Menurut teori *hardiness*, hal ini menggambarkan aspek *control*, dimana individu memiliki keyakinan mampu mengendalikan situasi yang menekan. Menurut penelitian, individu dengan keyakinan diri dan motivasi yang tinggi dapat menghadapi tantangan serta memiliki komitmen kuat terhadap tugasnya. Hal ini juga sejalan dengan temuan [Rachman & Indriana \(2013\)](#), bahwa mahasiswa yang optimis memandang perkuliahan sebagai hal yang bermanfaat dan kurang menekan, sedangkan mahasiswa yang pesimis cenderung melihat perkuliahan sebagai sumber tekanan.

Tema 2. Dukungan emosional meningkatkan keterlibatan

Sudah menjadi hal lumrah apabila seseorang yang menerima support positif dari lingkungan sekitar menjadi lebih bersemangat dalam mengerjakan dan menyelesaikan tugasnya. Demikian halnya dengan seorang mahasiswa yang memperoleh dukungan emosional dari dosennya akan memotivasi mahasiswa tersebut untuk lebih berenergi dan aktif dalam menyelesaikan tugas akademiknya. Sebagaimana hasil wawancara dengan beberapa mahasiswa yang mengatakan bahwa mereka menjadi lebih bersemangat dan merasa percaya diri saat mereka mendapat penerimaan yang baik dan didengarkan oleh dosen pembimbingnya saat melakukan bimbingan. Mereka merasa lebih aman saat kehadirannya diterima dan diberikan masukan-masukan atas kesulitan yang dialaminya dalam proses penyusunan skripsinya tanpa mendapatkan penghakiman. Hal ini juga menunjukkan bahwa betapa ruang aman itu sangat penting bagi mahasiswa karena dengan perasaan aman tersebut mereka menjadi lebih berani untuk menyampaikan dan mengkonsultasikan keluhan dan/atau pun kendala yang sedang dialaminya tanpa merasa takut dihakimi.

“dosen pembimbing saya sangat sabar dalam membimbing meskipun skripsi saya banyak kurangnya. Itu sih yang membuat saya tidak kapok bimbingan” (P6), “karena dosen menerima saya, saya merasa tenang dan tidak sendirian sehingga saya lebih semangat menyelesaikan tugas akhir dengan baik” (P7)

“awalnya saya takut bimbingan, tapi dosen memberikan masukan tanpa menghakimi sehingga membuat saya tetap optimis untuk menyelesaikan hasil revisi”

Dari hasil penelitian memperlihatkan bahwa betapa pentingnya dukungan emosional dari seorang dosen kepada mahasiswanya. Sebab, dengan terjalinnya hubungan emosional yang baik antara dosen dan mahasiswa akan sangat membantu mahasiswa tersebut menyelesaikan tugas akhirnya. Mahasiswa menjadi lebih termotivasi untuk berperan aktif dalam mengerjakan skripsinya dan memperoleh rasa aman dengan adanya sikap yang terbuka dan sifat sabar dari dosen selama proses bimbingan berlangsung. Dalam teori *Hardiness*, menggambarkan aspek *commitment*, yaitu adanya keinginan kuat untuk terlibat, bertahan dan mempertahankan tujuan meskipun berada dalam tekanan. Dimana seorang mahasiswa yang merasakan penerimaan memiliki kecenderungan untuk tidak menghindari proses bimbingan, melainkan akan terus menjalin interaksi dengan dosen pembimbingnya untuk menyelesaikan tanggung jawab akademiknya.

Hal ini sejalan dengan penjelasan [Kiswantomo & Susanto \(2020\)](#), bahwa mahasiswa yang mendapatkan penghargaan positif ketika mengalami kesulitan akan

merasa lebih nyaman dan memunculkan perilaku *hardiness* yang ditandai dengan semangat untuk terus melanjutkan dan menyelesaikan tanggung jawab dalam perkuliahan. Sebagaimana juga yang ditegaskan oleh Hale (dalam [Kiswantomo & Susanto, 2020](#)), bahwa lingkungan yang suportif mendukung individu untuk berfungsi secara optimal.

Demikian pula pendapat Myers (dalam [Salma dan Switri, 2021](#)), menyatakan bahwa *hardiness* dapat ditingkatkan melalui interaksi dan hubungan interpersonal yang positif karena relasi yang hangat dan suportif memperkuat ikatan, memberikan rasa aman dan berfungsi meminimalisir tekanan akademik. Seorang individu yang telah mendapatkan rasa aman dan dukungan emosional dari lingkungan sekitar akan membentuk komitmen di dalam dirinya untuk menjadi pribadi yang bertanggung jawab, dan individu yang memiliki komitmen untuk menyelesaikan tanggung jawabnya tidak akan pernah menyerah sekalipun menghadapi berbagai kesulitan dan akan terus berhubungan dengan orang di sekitar meskipun sedang berada dalam kondisi yang sulit dan tertekan.

Dari penelitian ini juga diperoleh hasil yang memberikan gambaran bahwa faktor kepribadian dan/atau karakteristik pribadi bukanlah satu-satunya hal yang mempengaruhi *hardiness* mahasiswa, tetapi juga terbentuk melalui relasi emosional yang terjalin antara dosen dan mahasiswa. Artinya, dukungan sosial dosen berperan sebagai ruang relasional yang memperkuat aspek *commitment* sehingga mahasiswa mampu bertahan menghadapi tekanan dalam penyusunan tugas akhir.

Tema 3. Pengalaman sulit dimaknai sebagai peluang berkembang

Setiap pengalaman sulit yang dilalui akan membentuk karakter pribadi yang lebih matang. Sebagaimana peribahasa bahwa dari pengalaman terbentur yang dialami individu akan membuatnya terbentuk. Artinya, dalam kesulitan selalu ada makna yang dapat dipetik, bahkan suatu pengalaman sulit yang dialami dapat dimaknai sebagai peluang untuk mengembangkan diri apalagi jika hal itu ditopang oleh lingkungan yang suportif. Hal ini juga yang berlaku pada mahasiswa, dimana mereka menjelaskan bahwa dengan adanya dukungan yang diterima dari dosen, membuat mahasiswa tersebut menganggap bahwa kesulitan yang dialami tidak akan membuatnya terpuruk, justru sebaliknya hal tersebut merupakan bagian dari proses yang dapat dijadikan pembelajaran yang dapat mengantarkan pada kesuksesan. Meskipun di dalam proses tersebut dijumpai banyak kesulitan, tetapi mahasiswa bisa memaknai secara positif setiap proses yang dilewati. Bagi mahasiswa setiap pengalaman-pengalaman rumit yang dilalui akan melatih kesabaran dan ketenangan serta meningkatkan daya berpikir kritis dan membuat mahasiswa mampu mengenali potensi yang ada di dalam dirinya.

“saya pikir semuanya akan sulit, tetapi ternyata semua mudah ketika dikomunikasikan” (P8), *“selama bimbingan, saya belajar lebih sabar dan menghargai proses”* (P1)

Hal tersebut di atas menunjukkan bahwa dengan dukungan dari dosen kesulitan apapun yang dialami oleh mahasiswa berkaitan dengan tugas akhirnya dapat dijadikan sebagai ruang pembelajaran dan ruang bertumbuh bagi mahasiswa tersebut. Hal mana yang dalam konsep *hardiness*, keadaan ini mencerminkan aspek *challenge*, yaitu kecenderungan individu memandang situasi

yang menekan bukan sebagai ancaman melainkan kesempatan untuk belajar. Individu yang tangguh justru mempersepsikan kejadian yang menekan sebagai kesempatan untuk belajar dan berkembang, bukan sebagai ancaman (Kobasa, 1979; [Frontiers in Psychology, 2022](#)).

Dalam penelitian ini, secara keseluruhan, hasilnya menunjukkan bahwa dukungan sosial yang diberikan dosen memiliki pengaruh yang signifikan terhadap terbentuknya hardiness pada mahasiswa dalam penyusunan tugas akhir. Seperti halnya dukungan emosional yang ditunjukkan melalui sikap terbuka, kesabaran dan penerimaan dosen dapat menciptakan rasa aman bagi mahasiswa sehingga mendorong keterlibatan secara berkelanjutan dalam proses akademik. Tidak hanya itu, dukungan informasional dan instrumental juga ikut membantu mahasiswa dalam memahami tuntutan akademiknya secara lebih jelas serta menumbuhkan rasa percaya diri dalam mengelola tugas yang dihadapi, hal mana itu mencerminkan kemampuan individu dalam mengendalikan situasi (*control*). Dan kondisi yang demikian ini menggambarkan suatu aspek *commitment* dalam hardiness. Sedangkan pengalaman menghadapi kesulitan yang disertai dengan dukungan dosen memungkinkan mahasiswa memaknai tekanan sebagai peluang untuk belajar dan berkembang, sejalan dengan aspek *challenge* dalam hardiness.

Akhirnya, di dalam temuan ini menampakkan bahwa ketangguhan yang dimiliki mahasiswa sangat erat hubungannya dengan lingkungan sosial dimana mahasiswa berada yang berkembang melalui relasi akademik yang suportif antara dosen dan mahasiswa. Hubungan positif yang terbangun di antara dosen dan mahasiswa akan memberikan ruang bagi mahasiswa untuk mengelola tekanan, mempertahankan keterlibatan serta memaknai proses penyusunan tugas akhir sebagai pengalaman yang bernilai dan membangun. Dengan demikian, dukungan sosial dosen berperan sebagai faktor pendukung yang memperkuat kemampuan mahasiswa dalam menghadapi tuntutan akademik pada fase akhir perkuliahan.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa proses penyelesaian tugas akhir merupakan tantangan terberat yang dihadapi mahasiswa yang berada di semester akhir. Berbagai masalah yang dihadapi, yaitu kesulitan manajemen waktu, kurangnya motivasi, adanya tekanan psikologis, kurangnya dukungan akademik, serta kesulitan dalam memahami teknis penulisan. Dalam menghadapi tekanan, mahasiswa sangat membutuhkan dukungan sosial dari dosen selaku dosen pembimbing. Adanya dukungan yang diberikan dosen dapat meningkatkan kepercayaan diri, mendorong partisipasi aktif sekaligus membantu mahasiswa memaknai kesulitan secara positif sehingga menguatkan *hardiness* mahasiswa. Dukungan yang diterima mahasiswa berupa dukungan informasional, dukungan emosional, dukungan penilaian dan dukungan instrumental. Selain itu, penelitian menggambarkan bahwa peran dosen tidak hanya memberikan dukungan akademik, tetapi juga mendampingi secara psikologis yang mendukung ketangguhan mahasiswa dalam menghadapi tuntutan akademik.

Saran

Adapun tindak lanjut penelitian, diharapkan institusi mengadakan pelatihan komunikasi empatik terhadap dosen sehingga keterampilannya dapat diaplikasikan dalam proses pengajaran maupun pembimbingan mahasiswa. Selain itu, mahasiswa

juga perlu dibekali keterampilan regulasi emosi yang dapat membantunya dalam menghadapi permasalahan akademik secara lebih positif.

Daftar Pustaka

- Cohen, S., Underwood, L. G., & Gottlieb, B. H. (Eds.). (2000). *Social support measurement and intervention: A guide for health and social scientists*. Oxford University Press.
- Cole, M. S., Feild, H. S., & Harris, S. G. (2004). Student Learning Motivation and Psychological Hardiness: Interactive Effects on Students' Reactions to a Management Class. *Academy of Management Learning & Education*, 3(1), 64–85.
- Efendi, M. Z (2018). Hubungan antara Resiliensi dengan Strategi Koping pada Mahasiswa yang Menempuh Program Skripsi di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi*, (5)3.
- Efendi, P. A. N., Anwar, H & Akmal, N. (2023). The Effect of Social Support on Academic Resilience to Students Who Are Working on Thesis. *Jurnal of Social Sciences and Humanities*, Vol, 3, No. 6. <https://doi.org/10.35877/soshum2194>
- Florentina, L., Gunawan, A., & Andini, R. (2025). *Psychological hardiness and social support among college students: A qualitative study*. Indonesian Journal of Psychology, 18(2), 101–115.
- Frontiers in Psychology. (2022). Hardiness and resilience: A contemporary review
- Handara, M. F., & Irafahmi, D. T. (2022). *Hardiness, Social Support, and Academic Stress of Students Working on Bachelor's Thesis during the Pandemic*. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 11(4), 766–784. <https://doi.org/10.12928/jehcp.v11i4.24382>
- Hasbi, F. I., & Alwi, M. A. (2023). *Kontribusi dukungan sosial terhadap hardiness pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi*. Jurnal Talenta Mahasiswa, 2(2). <https://doi.org/10.26858/jtm.v2i2.38332>
- House, J. S. (1981). *Work Stress and Social Support*. Reading, MA: Addison-Wesley.
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(1), 1–11.
- Melani, A., Ihsan, H., & Kosasih, I. (2024). *Hubungan dukungan sosial dan hardiness dengan psychological well-being pada mahasiswa rantau di Universitas Pendidikan Indonesia Bandung*. Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan, 10(5), 1–14. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10516193>
- Mukhtar, R. A., Suralaga, F., & Yundianto, D. (2023). *Social support as a moderator of self-efficacy and learning motivation towards students' academic hardiness*. Tazkiya Journal of Psychology, 11(2). <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v11i2.2725>
- Rachman, A. M. P., & Indriana, Y. (2013). *Hardiness mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi ditinjau dari tingkat optimisme*. Jurnal EMPATI, 2(4), 43–52. <https://doi.org/10.14710/empati.2013.7390>
- Susanto, K. B., & Kiswantomo, H. (2020). *Kontribusi social support terhadap hardiness pada mahasiswa Fakultas Psikologi*. Humanitas (Jurnal Psikologi), 4(2), 192–204. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v4i2.2516>
- Salma, A. R., & Sawitri, D. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Ketangguhan Akademik Pada Mahasiswa Tahun Kedua Departemen Kedokteran Umum Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. *Empati*, 10(01), 29– 33. <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/empati.2021.30418>.