

Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap Resiliensi Siswa Kelas XII SMK PAB 2 Helvetia

The Influence of Family Support on Academic Resilience of Class XII Students of SMK PAB 2 Helvetia

Lisa Pebrianingsih^{a,1}, Arbana Syamantha^{b,2}, Emil Salim^{b,3}

^{a,b} Program Studi Psikologi, Universitas Potensi Utama, Jl. KL. Yos Sudarso Km.6,5 No. 3-A, Medan, 20241, Indonesia

¹ lisa.f.ningsih.24@gmail.com¹, ² arbanasyamantha17@gmail.com², ³ mhiel.s.88@gmail.com³

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana dukungan keluarga berpengaruh terhadap resiliensi akademik pada siswa kelas XII SMK PAB 2 Helvetia. Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif dengan metode *ex post facto*, di mana pengumpulan data dilakukan setelah peristiwa yang diteliti berlangsung. Populasi penelitian terdiri dari 100 siswa, dan sebanyak 70 siswa dijadikan sampel melalui teknik pengambilan sampel tertentu. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner yang dirancang untuk mengukur tingkat dukungan keluarga serta resiliensi akademik siswa. Hasil analisis menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara dukungan keluarga dan resiliensi akademik, ditunjukkan oleh nilai *t* hitung sebesar 14,338 yang lebih besar dibandingkan *t* tabel 1,997. Kontribusi dukungan keluarga terhadap resiliensi akademik siswa sebesar 75,1%, sedangkan 24,9% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa semakin besar dukungan keluarga yang diterima siswa, maka semakin tinggi pula tingkat resiliensi akademik yang mereka miliki.

Kata Kunci : Dukungan keluarga, Resiliensi akademik, Siswa SMK

ABSTRACT

This study aims to determine the extent to which family support influences academic resilience among twelfth-grade students of SMK PAB 2 Helvetia. The research employed a quantitative approach using the *ex post facto* method, in which data collection was conducted after the events under study had occurred. The population consisted of 100 students, with a sample of 70 students selected through a sampling technique. Data were collected using questionnaires designed to measure the levels of family support and academic resilience. The results of the analysis indicate a significant influence of family support on academic resilience, as evidenced by a *t*-value of 14.338, which is greater than the *t*-table value of 1.997. The contribution of family support to students' academic resilience was found to be 75.1%, while the remaining 24.9% was influenced by other factors not examined in this study. Therefore, it can be concluded that the higher the level of family support received by students, the higher their academic resilience tends to be.

Keywords : Family support, Academic resilience, Vocational high school students

Info Artikel :

Disubmit: 10 September 2025

Direview: 14 Oktober 2025

Diterima : 11 November 2025

Copyright © 2025 – senadimu. All rights reserved.

1. PENDAHULUAN

Siswa dihadapkan pada berbagai persoalan pendidikan dan dunia kerja, Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi di era globalisasi saat ini berlangsung sangat cepat. Oleh karena itu, siswa memerlukan pendidikan serta keterampilan yang berkualitas agar mampu menyesuaikan diri dan bersaing dengan tuntutan zaman. Melalui pendidikan, seseorang dapat meningkatkan kualitas hidupnya sekaligus membentuk karakter dan kepribadian yang lebih positif (Henriques, 2023). Lingkungan keluarga merupakan salah satu faktor pertama dan utama dalam pembentukan karakter anak. Pengaruh

orang tua dan pola asuh yang diterima anak dapat membentuk cara pandang, pola pikir, serta motivasi dalam menghadapi tantangan hidup, termasuk dalam bidang pendidikan. Keluarga yang mendukung dan memberi perhatian terhadap perkembangan pendidikan anak dapat meningkatkan motivasi belajar mereka. Banyak penelitian menunjukkan bahwa motivasi belajar tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal seperti kemampuan individu, tetapi juga oleh faktor eksternal, salah satunya adalah dukungan dari lingkungan keluarga.

Keluarga yang memberikan perhatian terhadap pendidikan dan perkembangan anak cenderung menghasilkan individu yang lebih termotivasi untuk mencapai tujuan akademis dan karier mereka (Sudirman et al., 2025) Laporan terbaru WHO Eropa bekerja sama dengan studi Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) yang dirilis pada November 2024 mengungkapkan: Penurunan Dukungan Keluarga: Hanya 68% remaja yang melaporkan tingkat dukungan keluarga yang tinggi, turun dari 73% pada tahun 2018. Penurunan ini lebih signifikan pada remaja perempuan (dari 72% menjadi 64%). Peningkatan Tekanan Sekolah: Tekanan akademik meningkat tajam, terutama di kalangan remaja perempuan. Pada usia 15 tahun, 63% perempuan melaporkan merasa tertekan oleh pekerjaan sekolah, naik dari 54% pada tahun 2018, dibandingkan dengan 43% laki-laki (naik dari 40%). Ketimpangan Sosial: Remaja dari keluarga dengan tingkat kesejahteraan rendah melaporkan tingkat dukungan keluarga yang lebih rendah (62%) dibandingkan dengan remaja dari keluarga yang lebih sejahtera (71%).

Laporan ini menekankan bahwa dukungan keluarga yang kuat sangat penting untuk kesehatan mental dan kesejahteraan remaja, terutama dalam menghadapi tekanan akademik yang meningkat. Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) merupakan bentuk pendidikan formal yang menyiapkan siswa untuk siap bekerja setelah lulus dari Sekolah Menengah Pertama (SMP) atau Madrasah Tsanawiyah (MTS). Sitanggang (Sudirman et al., 2025) pendidikan memiliki peran sentral dalam membangun perdamaian, memberantas kemiskinan, dan mendorong pembangunan berkelanjutan. Pendidikan dianggap sebagai hak asasi manusia yang harus diakses semua orang sepanjang hidup mereka.

Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) merupakan bentuk pendidikan formal yang menyiapkan siswa untuk siap bekerja setelah lulus dari Sekolah Menengah Pertama (SMP) atau Madrasah Tsanawiyah (MTS) (Sudirman et al., 2025) pendidikan memiliki peran sentral dalam mewujudkan perdamaian, menghapus kemiskinan, serta mendukung terciptanya pembangunan yang berkelanjutan. Pendidikan dipandang sebagai salah satu hak dasar setiap manusia yang harus diakses semua orang sepanjang hidup mereka. Pendidikan merupakan faktor penting dalam perkembangan individu, bagi siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) yang dipersiapkan untuk memasuki dunia kerja atau melanjutkan pendidikan ke jenjang lebih tinggi. Namun, dalam proses pendidikan, siswa sering menghadapi berbagai tantangan akademik, seperti kesulitan memahami materi, tekanan tugas yang tinggi, serta tuntutan untuk menyelesaikan praktik kejuruan. Oleh karena itu, sangat penting untuk membentuk kemampuan siswa dalam mengatasi berbagai kesulitan dan tekanan yang dihadapi siswa. Kemampuan ini yakni kemampuan resiliensi akademik. Martin Menurut Pratiwi dan Kumalasari (2021), resiliensi akademik merupakan kemampuan seseorang dalam menghadapi berbagai kesulitan yang dianggap sebagai ancaman utama bagi perkembangan pendidikan siswa. Dalam konteks pendidikan, resiliensi berperan penting dalam memungkinkan individu untuk beradaptasi serta pulih secara efektif dari berbagai tantangan, sehingga keberlangsungan dan mutu pembelajaran bagi seluruh siswa tetap terjaga. Secara psikologis, resiliensi diartikan sebagai kecenderungan seseorang untuk mampu menghadapi stres dan situasi yang sulit (Masten dalam Hartono, 2019).

Resiliensi akademik dapat diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk terus mencapai prestasi dan mampu menghadapi berbagai tantangan dalam bidang akademik, meskipun berada dalam situasi penuh hambatan atau tekanan. Hal ini mencakup kemampuan untuk beradaptasi secara positif terhadap

kondisi sulit di lingkungan pendidikan. Sementara itu, stres akademik merupakan respon emosional maupun fisik yang muncul akibat beban tugas, ujian, atau tuntutan belajar yang dirasakan melampaui kemampuan individu (Amelya Saputri et al., 2025).

Penelitian oleh (Lani Cahyani et al., 2024) dengan judul *Gambaran Resiliensi Akademik Siswa SMA Dan Implikasinya Terhadap Intervensi Bimbingan Konseling* yang melibatkan 162 siswa SMA menunjukkan bahwa 54,94% siswa memiliki tingkat resiliensi akademik tinggi, sementara 45,06% lainnya berada pada tingkat resiliensi akademik rendah. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial, terutama dari keluarga, memiliki peran signifikan dalam membangun resiliensi akademik siswa. Keluarga yang memberikan dukungan emosional, motivasi, dan fasilitas belajar dapat membantu siswa lebih percaya diri, mengembangkan strategi penyelesaian masalah, serta memiliki ketahanan mental dalam menghadapi tekanan akademik yang ditemui, hal ini juga sejalan dengan Penelitian oleh (Pratiwi & Kumalasari, 2021) dengan judul *Dukungan Orangtua dan Resiliensi akademik pada mahasiswa* menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan orang tua dengan resiliensi akademik. Koefisien korelasi yang didapatkan menggambarkan tingkat korelasi sedang. Hal tersebut membuktikan bahwa semakin tinggi dukungan yang diberikan oleh orang tua, anak semakin resilien dalam kehidupan akademiknya. Di perkuat oleh penelitian (Putri, 2023) dengan judul *Pengaruh Regulasi Emosi dan Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Resiliensi Akademik Siswa Di MAS Raudhatul Akmal Kecamatan Batang kuis Kabupaten Deli Serdang* menjelaskan bahwa ada pengaruh positif yang signifikan antara Dukungan Sosial Keluarga terhadap Resiliensi Akademik.

Kurangnya dukungan keluarga dapat menyebabkan siswa mengalami stres, kurangnya motivasi belajar, bahkan berisiko mengalami kegagalan akademik atau putus sekolah. Hal ini relevan terutama bagi siswa SMK yang sering kali memiliki tekanan tambahan, seperti tuntutan praktik industri, ujian kompetensi, serta persiapan masuk dunia kerja. Oleh karena itu, penting untuk meneliti sejauh mana pengaruh dukungan keluarga terhadap resiliensi akademik siswa SMK, agar dapat memberikan wawasan mengenai strategi yang dapat diterapkan untuk meningkatkan ketahanan belajar mereka.

Peneliti mengambil subjek penelitian di SMK PAB 2 Helvetia, hal ini dikarenakan adanya suatu alasan yang terkait dengan kurangnya dukungan keluarga dalam proses pendidikan dapat terlihat bahwa sebagian siswa tidak mampu untuk beradaptasi dan bangkit kembali dari kesulitan atau tantangan. Hal ini terlihat dari siswa yang takut untuk bertanya atau malu untuk menjawab pertanyaan yang mengakibatkan mereka kurang percaya diri, tidak termotivasi dalam belajar terbukti dari seringnya mereka bermain handphone di jam pelajaran, tidur dikelas disaat jam belajar. Berdasarkan hasil wawancara oleh satu siswi diketahui bahwa dukungan orangtua sangat dibutuhkan dalam proses pendidikannya. Dukungan orangtua berperan penting dalam membentuk resiliensi akademik pada anak. siswi juga mengatakan bahwa perlunya dukungan keluarga dalam akademik karena tanpa dukungan keluarga juga tidak bisa berhasil dalam akademik yang mengakibatkan kurangnya semangat dalam proses pembelajaran, faktor utama keberhasilan akademik yaitu dukungan keluarga.

Hasil wawancara dengan salah satu wali kelas mengatakan bahwa pengaruh dukungan keluarga terhadap ketahanan siswa dalam menghadapi tantangan akademik seringkali menjadi faktor penentu utama dalam keberhasilan akademik siswa terutama ketika menghadapi tekanan atau kesulitan yang mengakibatkan banyak siswa melakukan pelanggaran akademik seperti bolos, merokok dan tawuran. Kurangnya dukungan keluarga sangat mempengaruhi kondisi akademik siswa, mereka menjadi tidak semangat untuk belajar dan cenderung lebih cepat stres, anak juga menjadi tidak percaya diri yang mengakibatkan prestasi belajar menjadi menurun.

Menurut teori psikologi perkembangan Bronfenbrenner, keluarga sebagai lingkungan mikro memiliki pengaruh langsung terhadap ketahanan akademik anak dalam menghadapi tantangan belajar.

Orangtua berperan langsung dalam meningkatkan akademik anak melaalui dukungan keluarga, melalui nasehat, menyediakan tempat belajar yang nyaman dirumah juga dukungan emosional.

2. TINJAUAN PUSTAKA

1) Pengertian Resiliensi Akademik

Menurut Cassidy (Sa'adiah et al., 2023) Resiliensi akademik dapat dipahami sebagai kekuatan dan kemampuan individu untuk bangkit kembali ketika menghadapi kegagalan atau kesulitan dalam mencapai keberhasilan belajar. Menurut Mahendika et al. (dalam Putri, Darmayanti, & Menanti, 2023), istilah resilience dalam bahasa Indonesia diartikan sebagai ketangguhan atau keuletan. Ketangguhan ini mencerminkan kemampuan seseorang untuk menyesuaikan diri serta mengatasi tekanan maupun kesulitan yang dihadapi. Individu yang memiliki ketangguhan cenderung lebih cepat pulih dari kegagalan dan tantangan, serta mampu mempertahankan kesejahteraan psikologisnya. Ketangguhan juga diketahui menjadi salah satu faktor penting yang berperan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa.

Menurut Wright et al. (Sanger & Sigar, 2024) Resiliensi dapat diartikan sebagai keberhasilan individu dalam menyesuaikan diri terhadap situasi yang penuh tantangan atau mengancam, serta merupakan proses adaptasi terhadap pengalaman hidup yang sulit, terutama dalam aspek mental, emosional, dan sikap yang menunjukkan fleksibilitas baik terhadap faktor internal maupun eksternal. Menurut Martin (dalam Pratiwi & Kumalasari, 2021), resiliensi akademik merupakan kemampuan seseorang untuk menghadapi berbagai kesulitan yang dianggap sebagai ancaman utama bagi perkembangan pendidikan siswa.

Berdasarkan defenisi beberapa para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa resiliensi akademik adalah kemampuan individu menyesuaikan diri pada situasi yang menantang, mengatasi kesulitan dan dapat bangkit kembali saat menghadapi kejatuhan atau kesulitan dalam akademik.

2) Aspek-Aspek Resiliensi akademik

Cassidy (Sa'adiah et al., 2023) aspek pembentuk resiliensi akademik yang terbagi menjadi 3 (tiga) komponen yaitu:

- a. *Perseverance* (ketekunan) menggambarkan bagaimana individu menunjukkan respon perilaku saat menghadapi berbagai tantangan dalam bidang akademik.
- b. *Reflecting and adaptive help-seeking* (refleksi dan mencari bantuan secara adaptif) menjelaskan bentuk respon kognitif seseorang ketika berhadapan dengan kesulitan akademik.
- c. Sementara itu, *negative affect and emotional response* (afek negatif dan respon emosional) menggambarkan reaksi emosional individu dalam menanggapi hambatan atau tekanan yang muncul dalam konteks akademik.

Dewi Kumalasari et al (Nasution, 2024) menyatakan bahwa resiliensi akademik terdiri terdiri atas tiga aspek, yaitu:

1. *Perseverance* menggambarkan respon perilaku individu dalam menghadapi kesulitan akademik.
2. *Reflecting and Adaptive Help-Seeking* menggambarkan respon kognitif dalam menghadapi kesulitan akademik.
3. *Negative Affect and emotional response* menggambarkan respon emosional individu dalam menghadapi kesulitan akademik.

Menurut Hardiansyah et al. (dalam Nasution, 2024), resiliensi akademik terdiri atas empat komponen utama, yaitu:

1. Penyesuaian diri, yang mencakup kemampuan untuk beradaptasi terhadap tekanan akademik, menyesuaikan diri dengan situasi yang dihadapi, serta mengendalikan rasa frustrasi terhadap permasalahan belajar.
2. Ketangguhan, yaitu kemampuan untuk memperkuat diri dan tetap bertahan ketika menghadapi tantangan akademik.
3. Kecerdasan dalam menghadapi kesulitan, yang meliputi kemampuan berpikir secara terencana dan mengenali sumber permasalahan.
4. Pemecahan masalah, yaitu keterampilan dalam menemukan solusi dan mengatasi hambatan yang muncul.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa resiliensi akademik mencakup keyakinan dan kepercayaan diri siswa terhadap kemampuannya sendiri, kemampuan dalam mengelola serta menuntaskan tanggung jawab akademik, menjaga ketenangan selama proses belajar, serta memiliki komitmen untuk menyelesaikan tugas atau kewajiban akademik dengan baik.

3. Faktor-Faktor Resiliensi Akademik

Menurut Nimisha dan Kumar (dalam Nasution, 2024), terdapat beberapa faktor yang memengaruhi tingkat resiliensi akademik seseorang, yaitu:

1. Faktor internal

Faktor internal berkaitan dengan kemampuan individu dalam memotivasi diri, menumbuhkan rasa percaya diri, serta memahami dan mengelola stres ketika menghadapi situasi yang menantang dalam proses belajar.

2. Faktor eksternal

Faktor eksternal meliputi dukungan sosial yang diperoleh siswa dari keluarga, teman sebaya, lingkungan masyarakat, maupun lembaga pendidikan. Oleh karena itu, kolaborasi antara berbagai pihak seperti orang tua, guru, administrator, dan pemangku kepentingan lainnya sangat berperan dalam membentuk resiliensi akademik siswa. Keluarga juga berfungsi sebagai faktor protektif yang mendukung ketahanan akademik melalui bimbingan, dukungan emosional, serta keterlibatan aktif orang tua dalam proses pendidikan anak. Kualitas hubungan guru dengan siswanya juga akan menentukan kemampuan resiliensi akademik para siswanya.

A. Dukungan Keluarga

1) Definisi Dukungan Keluarga

Menurut Friedman (dalam Sa'adiah et al., 2023), dukungan keluarga berperan penting dalam memberikan motivasi belajar, rasa aman, serta perhatian kepada siswa yang masih menempuh pendidikan. Bentuk dukungan keluarga dapat diwujudkan melalui empati dan penerimaan yang membantu siswa untuk tetap bersemangat dalam proses pembelajaran. Dukungan keluarga mencakup tindakan yang meningkatkan harga diri individu, memberikan informasi, bantuan nyata, serta dukungan emosional dalam menghadapi berbagai permasalahan. Dukungan tersebut dapat berbentuk dukungan penghargaan, yaitu apresiasi atau respon positif atas prestasi individu; dukungan instrumental, berupa bantuan nyata seperti materi; dukungan informasional, yaitu pemberian nasihat atau solusi terhadap permasalahan; serta dukungan emosional, yang menciptakan rasa aman dan nyaman bagi individu.

Rahmawati dan Rosyidah (dalam Shasmita Dwi Mardianti, 2023) menjelaskan bahwa dukungan keluarga merupakan komponen penting dalam membantu individu mengatasi berbagai permasalahan. Ketika dukungan tersebut diberikan, individu akan memiliki rasa percaya diri yang lebih tinggi serta motivasi yang lebih kuat untuk menghadapi tantangan yang muncul.

Sementara itu, Hassim (dalam Pratiwi & Kumalasari, 2021) menyebutkan bahwa keluarga merupakan salah satu faktor yang dapat membentuk resiliensi akademik, terutama melalui dukungan yang diberikan oleh orang tua dengan melibatkan diri dalam proses pendidikan anak. Dukungan orang tua, baik dalam bentuk hubungan yang positif maupun keterlibatan langsung dalam kegiatan pendidikan, berperan sebagai faktor pelindung yang signifikan dalam meningkatkan resiliensi akademik.

Ruholt et al. (dalam Pratiwi & Kumalasari, 2021) juga menegaskan bahwa orang tua memiliki peranan penting dalam perkembangan anak seiring dengan pertumbuhan dan proses belajar mereka. Salah satu peran utama orang tua adalah membentuk cara pandang anak terhadap dunia akademik, serta menjadi sumber motivasi agar anak dapat mencapai keberhasilan dalam pendidikan sepanjang hidupnya.

2) Aspek Dukungan Keluarga

Menurut Friedman (Sa'adiah et al., 2023) memiliki beberapa aspek yang meliputinya, antara lain:

1. Dukungan Penghargaan (*Appraisal Support*)
Dukungan ini berupa bentuk penguatan atau motivasi yang membantu individu mengenali potensi dan nilai dirinya. Keluarga memberikan penilaian positif, dorongan, dan pujian atas usaha atau pencapaian anggota keluarganya.
2. Dukungan Instrumental (*Instrumental Support*)
Merupakan bentuk dukungan nyata atau langsung yang diberikan oleh keluarga, seperti bantuan materi, tenaga, atau waktu. Dukungan ini membantu individu secara praktis dalam menjalani aktivitas atau mengatasi kesulitan
3. Dukungan Informatif (*Informational Support*)
Dukungan ini berupa pemberian informasi, nasihat, atau saran yang bermanfaat dalam pengambilan keputusan atau penyelesaian masalah. Informasi bisa berasal dari pengalaman pribadi anggota keluarga atau sumber terpercaya yang dibagikan
4. Dukungan Emosional (*Emotional Support*)
Dukungan ini berkaitan dengan perhatian, empati, kasih sayang, dan penerimaan dari keluarga. Tujuannya adalah memberikan kenyamanan emosional dan rasa aman, terutama saat individu mengalami tekanan atau kesulitan

Menurut Cutrona dalam (Prihatsanti, 2014) Terdapat empat tipe dukungan di dalam keluarga yaitu :

1. Dukungan konkret merujuk pada bentuk bantuan nyata yang diberikan melalui tindakan langsung dalam aktivitas sehari-hari.
2. Dukungan emosional mencakup empati, kesediaan untuk mendengarkan, serta kehadiran seseorang ketika individu menghadapi permasalahan.
3. Dukungan berupa nasihat memiliki makna yang lebih mendalam, karena pada dasarnya individu seringkali lebih membutuhkan rasa aman dan kenyamanan saat berbagi serta menerima masukan, dibandingkan isi nasihat itu sendiri.
4. Sementara itu, dukungan penghargaan berhubungan dengan cara seseorang merasa diakui dan dihargai keberadaannya oleh orang lain.

3) Faktor dukungan keluarga

Menurut Friedman (Baiti, 2024) dukungan keluarga dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya yaitu :

1. Tahapan perkembangan dukungan keluarga dipengaruhi oleh tahap perkembangan usia. Ibu yang berusia muda umumnya cenderung kurang mampu memahami atau mengenali

- kebutuhan anaknya dan sering kali lebih berfokus pada dirinya sendiri dibandingkan ibu dengan usia yang lebih dewasa.
2. Perbedaan antara keluarga besar dan keluarga kecil juga memengaruhi pengalaman serta perkembangan anak. Anak-anak yang tumbuh dalam keluarga kecil biasanya memperoleh perhatian yang lebih intens dibandingkan mereka yang berasal dari keluarga besar.
 3. Selain itu, status sosial ekonomi orang tua turut berperan dalam menentukan tingkat dukungan keluarga. Faktor ini mencakup tingkat pendapatan, pekerjaan, dan pendidikan orang tua. Orang tua dari kalangan sosial ekonomi menengah cenderung menunjukkan tingkat dukungan, kasih sayang, serta keterlibatan yang lebih tinggi dibandingkan dengan orang tua dari kalangan ekonomi bawah. Keluarga dengan status sosial menengah umumnya memiliki pola hubungan yang lebih demokratis dan seimbang, sedangkan keluarga dari kalangan ekonomi rendah cenderung memiliki pola hubungan yang lebih bersifat otoriter.

3. METODE

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pengaruh dukungan keluarga terhadap resiliensi akademik pada siswa kelas XII SMK PAB 2 Helvetia. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *ex post facto*. Metode *ex post facto* berarti pengumpulan data dilakukan setelah peristiwa yang menjadi objek penelitian telah terjadi (Hartono, 2019). Menurut Sugiyono (2019:15), metode kuantitatif dikenal sebagai metode tradisional karena telah digunakan sejak lama dan menjadi pendekatan yang umum dalam penelitian. Berdasarkan pandangan filsafat positivisme, metode ini dikategorikan sebagai pendekatan ilmiah karena memenuhi prinsip-prinsip empiris, objektif, terukur, rasional, dan sistematis. Selain itu, metode kuantitatif juga disebut sebagai metode penemuan karena dapat digunakan untuk menemukan serta mengembangkan pengetahuan baru. Disebut metode kuantitatif karena data yang diperoleh disajikan dalam bentuk angka dan dianalisis dengan teknik statistik.

A. Instrumen pengumpulan data

Menurut sugiyono (2019:p.102) instrumen pengumpulan data adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang sedang diamati. Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket atau kuesioner. Menurut sugiyono (2019:p.42) angket atau kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya.

Adapun alternatif pilihan jawaban yang digunakan adalah menggunakan skala likert. Menurut (Sugiyono, 2019) skala pengukuran yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, atau persepsi seseorang terhadap suatu objek atau fenomena. Kuesioner yang dibagikan dalam penelitian ini menggunakan skala likert.

B. Teknik Analisis Data

Menurut Sugiyono (2019:147), teknik analisis data merupakan langkah yang dilakukan setelah seluruh data dari responden atau sumber lainnya terkumpul. Berdasarkan teknik analisis yang telah ditetapkan, penelitian ini menggunakan metode analisis regresi linier sederhana yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh satu variabel independen terhadap satu variabel dependen. Adapun rumus regresi linier sederhana menurut Ananda dan Fadhl (2018:254) adalah sebagai berikut:

$$Y = \alpha + bX$$

Keterangan:

Y : Variabel Terikat
 X : Variabel Bebas
 a dan b : Konstanta

Sebelum menguji data dengan model regresi linier sederhana terlebih dahulu melakukan uji normalitas dan uji linieritas.

(1)

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Uji Validitas

Uji validitas dilakukan dengan menggunakan 70 responden. Dari tabel R Product Moment maka dapat dilihat jika nilai r tabel dengan taraf signifikansi 5% untuk 70 responden yaitu sebesar 0,235. Maka nilai r hitung > 0,235 atau memiliki tingkat signifikansi > 0,05 untuk dikatakan valid.

Hasil Uji reliabilitas

Uji reliabilitas dalam penelitian ini dilakukan menggunakan metode Cronbach's Alpha. Apabila nilai Cronbach's Alpha $\geq 0,6$, maka instrumen penelitian dianggap reliabel, sedangkan jika nilai Cronbach's Alpha < 0,6, maka data dinyatakan tidak reliabel.

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0.932	35

Berdasarkan hasil uji reliabilitas pada tabel tersebut dengan menggunakan rumus Alpha Cronbach diperoleh hasil sebesar 0,932 yang memiliki arti bahwa sebanyak 35 butir aitem pernyataan dinyatakan reliabel atau dapat di percaya.

Uji reliabilitas dilakukan dengan metode Alpha Cronbach, jika nilai Alpha Cronbach $\geq 0,6$ maka data pada penelitian ini dikatakan reliabel dan jika nilai Alpha Cronbach < 0,6 maka data pada penelitian ini dikatakan tidak reliabel.

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.887	30

Berdasarkan tabel hasil uji reliabilitas skala resiliensi akademik diatas yang menggunakan rumus Alpha Cronbach diperoleh sebesar 0,887 yang memiliki arti bahwa sebanyak 30 butir aitem pernyataan yang dinyatakan reliabel.

Uji normalisasi dilakukan untuk mengetahui apakah persebaran data penelitian berdistribusi normal atau tidak. Pada penelitian ini digunakan uji normalitas *Kolmogorov Smirnov* memeriksa distribusi frekuensi sampel berdasarkan distribusi normal pada data tunggal atau data frekuensi tunggal. Adapun kriteria ujinya yaitu jika taraf signifikansinya > 0,05, maka diterima (artinya data berdistribusi normal). Jika taraf signifikansinya maka ditolak (artinya data tidak berdistribusi normal).

Test of normality	Kolmogorov-Smirnov	
	Df	Sig
Dukungan Keluarga	70	.640

Resiliensi Akademik	70	066
---------------------	----	-----

Berdasarkan hasil tabel diatas, diketahui bahwa nilai df (derajat kebebasan) untuk dukungan keluarga adalah 70 dan untuk resiliensi akademik adalah 70, artinya jumlah sampel data untuk variabel penelitian lebih dari 50 responden, sehingga penggunaan teknik *Kolmogorov-Smirnov* sudah tepat untuk melihat normalitas data dalam penelitian ini. Selanjutnya diketahui bahwa nilai sig untuk dukungan keluarga adalah sebesar 0,640 dan nilai sig untuk variabel resiliensi akademik adalah sebesar 0,66. Karena nilai sig dari masing masing variabel > 0,05 maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov*

Uji Linearitas

Uji Linieritas digunakan untuk dapat mengetahui apakah variabel x yaitu dukungan keluarga dan variabel y yaitu resiliensi akademik dalam penelitian ini dapat dianalisis secara korelasional. Berdasarkan uji linearitas diperoleh hasil kedua variabel linier artinya hasil analisis menunjukkan bahwa variabel dukungan keluarga mempunyai pengaruh yang linier terhadap variabel resiliensi akademik. Pengaruh tersebut dapat dilihat melalui Anova tabel sebagai berikut

Liniearitas	F	Sig	Keterangan
X-Y	0,990	160	Linier

Keterangan:

X = Dukungan Keluarga

Y = Resiliensi Akademik

F = koefisien linearitas

Sig = signifikansi

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	sig
	B	Std.Error	Beta		
1 (Constant)	57.254	2.019	0.867	28.357	0.000
totalX	0.360	0.025		14.338	0.000

Berdasarkan hasil regresi linier sederhana pada Tabel diperoleh nilai konstanta (a) sebesar 57.254 dan nilai koefisien (b) sebesar 0,360 X, sehingga dapat diperoleh persamaan regresi linier sebagai berikut :

$$Y = a + b \times X$$

$$Y = 57.254 + 0,360 X$$

Dimana X merupakan dukungan keluarga sedangkan Y merupakan resiliensi akademik. Berdasarkan persamaan diatas dapat dianalisis sebagai berikut :

- Jika dukungan keluarga (X) naik satu tingkat maka nilai regresinya akan naik sebesar 0,360.
- Nilai koefisien (b) 0,360 menunjukkan bahwa besaran pertambahan dukungan keluarga terhadap resiliensi akademik siswa.

Nilai signifikansi dari tabel Coefficients pada diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 nilai tersebut kurang dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel X (dukungan keluarga) berpengaruh terhadap variabel Y (resiliensi akademik).

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.867 ^a	.751	.748	1.81603

a. Predictors: (Constant), X

Berdasarkan pada tabel diatas dapat disimpulkan bahwa, nilai R Square 0,751 bermakna bahwa dukungan keluarga memberikan pengaruh terhadap resiliensi akademik siswa sebesar 75,1%, sedangkan 24,9% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

. Uji Pengaruh Simultan (Uji F)

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	678.013	1	678.013	205.586	.000 ^b
	Residual	224.261	68	3.298		
	Total	902.273	69			

a. Dependent Variable: Y

b. Predictors: (Constant), X

Pada penelitian ini diketahui jumlah sampel (n) adalah 70 dan jumlah parameter (k) sebanyak 2, sehingga diperoleh $df_1 = k - 1 = 2 - 1 = 1$ $df_2 = n - k = 70 - 2 = 68$, maka pada $\alpha = 0,05$ diperoleh $F_{table} = 3,98$

Diketahui nilai $F_{hitung} = (205,586) > F_{table} (3,98)$ dan signifikansi $(0,000) < \alpha (0,05)$. Hal ini menunjukkan bahwa variabel dukungan keluarga dan resiliensi akademik siswa secara serempak berpengaruh signifikan.

Hasil Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan aplikasi SPSS for Windows versi 27, yang hasilnya dapat dilihat pada tabel Coefficient. Uji hipotesis ini dilakukan dengan pendekatan dua arah. Proses pengambilan keputusan dalam uji hipotesis dilakukan melalui dua metode sebagai berikut:

H1 : Terdapat pengaruh yang signifikan pada dukungan keluarga terhadap resiliensi akademik siswa.

H0 : Tidak terdapat pengaruh yang signifikan pada dukungan keluarga terhadap resiliensi akademik siswa.

Berdasarkan perbandingan $t_{hitung} < t_{tabel} = 1,997$
Bila nilai $t_{hitung} < t_{tabel}$, maka H_0 diterima, H_1 ditolak.
Bila nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$, maka H_0 ditolak, H_1 diterima.

Coefficients ^a					
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients Beta	
		B	Std. Error		t
1	(Constant)	57.254	2.019		28.357
	X	.360	.025	.867	14.338
					Sig.
					.000
					.000

Berdasarkan nilai t pada Tabel diketahui nilai t_{hitung} sebesar 14.338 dan nilai sig sebesar 0,000. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa $t_{hitung} > t_{tabel}$ yaitu $14.338 > 1,997$ dan nilai $sig < 0,05$ yaitu sebesar $0,000 < 0,05$. Sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel dukungan keluarga terhadap resiliensi akademik siswa.

Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Epirik

a. Mean Hipotetik

Pada variabel dukungan keluarga, jumlah butir pernyataan yang valid sebanyak 35 butir dari 38 butir aitem yang kemudian diformat ke dalam skala likert dala 4 pilihan jawaban, sehingga mean hipotetiknya adalah:

$$\text{Mean hipotetik} = \frac{[(35 \times 1) + (35 \times 4)]}{2} = \frac{[(35) + (140)]}{2} = \frac{175}{2} = 87,5$$

Nilai SD hipotetiknya:

$$\text{SD hipotetik} = \frac{[(35 \times 4) - (35 \times 1)]}{6} = \frac{[(140) - (35)]}{6} = \frac{105}{6} = 17,5$$

Rumusan kategori dukungan keluarga:

No	Kategori	Rumusan	Skor Skala
1	Sangat Rendah	Mean – 2SD > X	52,5 > X
2	Rendah	Mean - 2SD < X < Mean – 1SD	52,5 < X < 70
3	Cenderung Rendah	Mean – 1SD < X < Mean	70 < X < 87,5
4	Cenderung Tinggi	Mean < X < Mean + 1SD	87, 5 < X < 105
5	Tinggi	Mean + 1SD < X < Mean + 2SD	105 < X < 122,5
6	Sangat Tinggi	Mean + 2SD < X	122,5 < X

Pada variabel resiliensi akademik, jumlah butir pernyataan yang valid sebanyak 30 butir dari 30 butir aitem yang kemudian diformat ke dalam skala likert dala 4 pilihan jawaban, sehingga mean hipotetiknya adalah:

No	Kategori	Rumusan	Skor Skala
1	Sangat Rendah	Mean – 2SD > X	45 > X

2	Rendah	$\text{Mean} - 2\text{SD} < X < \text{Mean} - 1\text{SD}$	$45 < X < 60$
3	Cenderung Rendah	$\text{Mean} - 1\text{SD} < X < \text{Mean}$	$60 < X < 75$
4	Cenderung Tinggi	$\text{Mean} < X < \text{Mean} + 1\text{SD}$	$75 < X < 90$
5	Tinggi	$\text{Mean} + 1\text{SD} < X < \text{Mean} + 2\text{SD}$	$90 < X < 105$
6	Sangat Tinggi	$\text{Mean} + 2\text{SD} < X$	$105 < X$

b. Mean Empirik

Berdasarkan besarnya SD masing-masing variabel, apabila rerata atau mean hipotetik < rerata atau mean empirik, dimana selisihnya melebihi nilai SD, maka dinyatakan bahwa variabel tersebut tergolong baik. Namun, apabila rerata atau mean hipotetik > rerata atau mean empirik dan selisihnya melebihi SD, maka dinyatakan bahwa variabel tersebut tergolong buruk. Kemudian, apabila perbedaan rerata atau mean hipotetik dengan rerata atau mean empiric tidak melebihi SD maka variabel tersebut tergolong sedang.

Variabel	N	Rerata	SD
Dukungan Keluarga	70	111,84	12,27
Resiliensi Akademik	70	103,24	4,339

Keterangan:

N : Jumlah Subjek

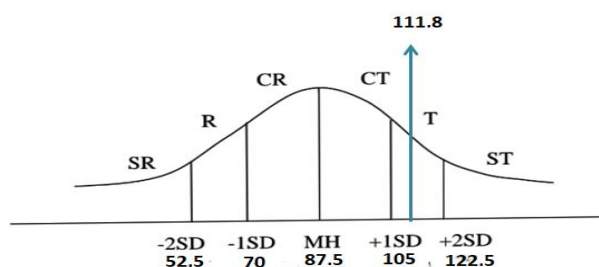
Rerata : Nilai Rata-rata

SD : Standar Deviasi

c. Kriteria

Untuk mengetahui bagaimana kondisi dukungan keluarga dan resiliensi akademik, maka perlu membandingkan mean atau rerata empirik dengan mean atau rerata hipotetik dengan memperhatikan SD dari setiap variabel.

Skala Dukungan Keluarga:



Keterangan:

SR : Mean empirik tergolong sangat rendah

R : Mean empirik tergolong rendah

CR : Mean empirik tergolong cenderung rendah

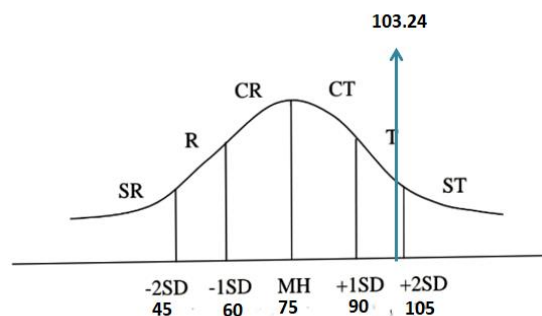
CT : Mean empirik tergolong cenderung tinggi

T : Mean empirik tergolong tinggi

ST : Mean empirik tergolong sangat tinggi

Skala Resiliensi Akademik

<https://senadimu.potensi-ut>



Keterangan:

SR : Mean empirik tergolong sangat rendah
R : Mean empirik tergolong rendah
CR : Mean empirik tergolong cenderung rendah
CT : Mean empirik tergolong cenderung tinggi
T : Mean empirik tergolong tinggi
ST : Mean empirik tergolong sangat tinggi

Tabel perbandingan Mean hipotetik dengan Mean empirik:

Variabel	SD	Nilai Rata-rata		Keterangan
		Hipotetik	Empirik	
Dukungan Keluarga	17,5	87,5	111,8	Dukungan keluarga cenderung tinggi
Resiliensi Akademik	15	75	103,24	Resiliensi akademik siswa cenderung tinggi

Berdasarkan perbandingan antara kedua nilai rata-rata masing-masing variabel, maka didapatkan dukungan keluarga siswa tinggi karena mean hipotetiknya adalah 87,5 dan mean empiriknya 111,8 dengan nilai SD sebesar 17,5 dan resiliensi akademik siswa tinggi karena mean hipotetiknya 75 dan mean empiriknya 103,24 dengan SD adalah 15.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan keluarga dan resiliensi akademik, dengan nilai signifikansi sebesar 0.000 ($p < 0.05$) serta koefisien regresi positif sebesar 0,360. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat dukungan keluarga, maka semakin tinggi pula resiliensi akademik yang dimiliki siswa. Berdasarkan hasil uji t, diperoleh nilai t hitung sebesar 14,338 yang lebih besar dari t tabel 1,987, dengan nilai signifikansi $0.000 < 0.05$. Oleh karena itu, hipotesis alternatif (H_a) diterima, yang berarti terdapat pengaruh positif dan signifikan antara dukungan keluarga terhadap resiliensi akademik siswa.

Nilai koefisien determinasi r^2 sebesar 0,751 atau sebesar 75,1% yang artinya dukungan keluarga mempunyai pengaruh terhadap resiliensi akademik siswa sebesar 75,1%. Hal ini menunjukkan bahwa masih ada terdapat 24,9% pengaruh dari faktor lain terhadap resiliensi akademik yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Dari perbandingan rata rata hipotetik dan empirik, diketahui bahwa dukungan keluarga memiliki rata rata empirik sebesar 111,8, lebih tinggi dari nilai hipotetiknya yaitu 87,5. Ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga berada dalam kategori tinggi. Sementara itu, rata rata empirik resiliensi akademik adalah 103,24 lebih tinggi dari rata rata hipotetiknya yaitu 75, hal ini menunjukkan berada dalam kategori tinggi.

Saran

Dalam penelitian ini, ada beberapa saran yang diajukan oleh penelitian antara lain yaitu:

1 Bagi Sekolah:

Disarankan agar pihak sekolah lebih aktif melibatkan orang tua dalam proses pendidikan siswa, misalnya melalui webinar yang mengedukasi pentingnya dukungan keluarga terhadap perkembangan akademik anak.

2. Bagi Orang Tua:

Diharapkan agar orang tua dapat terus memberikan perhatian, dukungan moral, dan fasilitas belajar yang menunjang, serta melibatkan diri secara aktif dalam kegiatan pendidikan anak baik di rumah maupun di sekolah.

3. Bagi Siswa:

Diharapkan siswa menyadari pentingnya dukungan keluarga dan menjalin komunikasi terbuka dengan orang tua, agar dapat meningkatkan semangat belajar dan ketahanan dalam menghadapi tekanan akademik.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya:

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi untuk mengkaji variabel lain yang juga dapat mempengaruhi resiliensi akademik antara lain tentang keyakinan diri, regulasi emosi dan dukungan

REFERENSI

- [1] Amelya Saputri, D., Sari, N., Woronia Nure, I., & Napitupulu, R. P. (2025). *Hubungan Resiliensi Akademik Terhadap Stres Akademik Pada Siswa Kelas XI C SMA Negeri 26 Batam*.
- [2] Ananda, R., & Fadhli, M. (2018). *Educational Statistics Theory and Practice in Education*.
- [3] Baiti. (2024). *Pengaruh dukungan keluarga dan efikasi diri terhadap resiliensi mahasiswa pptq nurul huda malang*.
- [4] Cassidy, S. (2016). The Academic Resilience Scale (ARS-30): A new multidimensional construct measure. *Frontiers in Psychology*, 7(NOV). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01787>.
- [5] HARTONO. (2019). Metode Penelitian Hartono. *Metode Penelitian Hartono* 105, 166.
- [6] Henriques, L. & H. (2023). *Resiliensi Akademik Siswa Sekolah Menengah Atas Ditinjau Dari Dukungan Teman Sebaya Dan Pembinaan Spiritualitas*.
- [7] Lani Cahyani, Eka Wahyuni, & Happi Karlina Marjo. (2024). Gambaran Resiliensi Akademik Siswa SMA dan Implikasinya Terhadap Intervensi Bimbingan dan Konseling. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 9(2), 729–739. <https://doi.org/10.31316/g-couns.v9i2.7006>.
- [8] Maharani, V. P. (2022). The Effect of Saturation in E-Learning Studying on Academic Procrastination in High Grade Students of SD Tunas Harapan Malang on The New Normal Era. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 17(1), 26–39.
- [9] najwa huda. (2023). *Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa Malaysia Di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta*.
- [10] Nasution. (2024). *Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Akademik Mahasiswa Melalui Self Efficacy*.
- [11] Pratiwi, Z. R., & Kumalasari, D. (2021). Dukungan Orang Tua dan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa. *Analitika*, 13(2), 138–147. <https://doi.org/10.31289/analitika.v13i2.5482>.
- [12] Prihatsanti, U. (2014). Dukungan Keluarga Dan Modal Psikologis Mahasiswa. In *Jurnal*

- Psikologi Undip* (Vol. 13, Issue 2).
- [13] Putri. (2023). *Pengaruh Regulasi Emosi Dan Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Resiliensi Akademik Siswa Di Mas RAUDHATUL AKMAL Kecamatan Batangkuis Kabupaten Deli Serdang*.
- [14] Sa'adiah, R., Susanti, R., Studi, P., Fakultas, P., Uin, P., Syarif, S., & Riau, K. (2023). *Apakah Mahasiswa Membutuhkan Dukungan Keluarga Untuk Mengembangkan Resiliensi Akademik?* (Vol. 2, Issue 2).
- [15] Sanger, A. Y., & Sigar, D. (2024). *Dukungan Keluarga Dan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Keperawatan*.
- [16] Shasmita Dwi Mardianti. (2023). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area*.
- [17] Sudirman, N. A., Pratiwi, I. W., Anggraini, Z., & Jannah, T. (2025). *Studi Psikologi Perkembangan : Pengaruh Lingkungan Keluarga terhadap Motivasi Belajar Anak Gen Z Developmental Psychology Study : The Influence of Family Environment on Gen Z Children ' s Learning Motivation*. 8(1), 649–659. <https://doi.org/10.56338/jks.v8i1.6968>.
- [18] Sugiyono, P. D. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (D. I. Sutopo (ed.); Kedua). Alfabeta.
- [19] Susanti, R., & Sa'adiah, R. (2023). *Apakah Mahasiswa Membutuhkan Dukungan Keluarga Untuk Mengembangkan Resiliensi Akademik? Persepsi: Jurnal Riset Mahasiswa ...*, 2(2), 105–114.