

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Dukungan Keluarga

2.1.1 Definisi Dukungan Keluarga

Dukungan keluarga merupakan konstruk psikososial yang telah menjadi perhatian intensif dalam berbagai disiplin ilmu, termasuk psikologi perkembangan, sosiologi, dan ilmu kesehatan yang secara fundamental merujuk pada berbagai bentuk bantuan, sumber daya, dan bentuk-bentuk penerimaan yang diberikan oleh anggota-anggota keluarga kepada individu lainnya dalam konteks hubungan kekeluargaan (Sarason, 2020). Dukungan keluarga merupakan transaksi interpersonal yang melibatkan pemberian bantuan berupa dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasional, dan dukungan penghargaan (House 1981, dalam Rahayu dan Sari, 2022).

Dukungan keluarga bisa berupa informasi atau umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang dicintai dan diperhatikan, dihargai dan dianggap mampu, serta merupakan bagian dari jaringan komunikasi dan kewajiban bersama (Gottlieb 2000, dalam Ningrum dan Cahyono, 2023). Dalam konteks mahasiswa rantau, dukungan keluarga menjadi semakin krusial mengingat mereka harus menghadapi berbagai tantangan adaptasi jauh dari lingkungan keluarga.

2.1.2 Aspek-Aspek Dukungan Keluarga

Mengacu pada konseptualisasi House (1981) dan Friedman et al. (2010), dalam Togatorop, 2017), dukungan keluarga dapat dibedakan menjadi empat aspek utama:

1. Dukungan emosional (*emotional support*).

Dukungan emosional menjadi landasan bagi individu untuk merasa aman, diterima, dan dihargai. Bagi mahasiswa rantau, dukungan emosional dari keluarga dapat berwujud komunikasi rutin melalui telepon atau media sosial, ekspresi kasih

sayang, serta perhatian terhadap kondisi psikologis mahasiswa (Ningrum dan Cahyono, 2023).

2. Dukungan instrumental (*instrumental support*).

Dukungan ini berwujud bantuan nyata yang diberikan keluarga, seperti kebutuhan materi, finansial, serta fasilitas belajar yang memadai. Dukungan ini memungkinkan mahasiswa untuk fokus pada studi tanpa harus terbebani oleh permasalahan ekonomi yang dapat mengganggu konsentrasi belajar (Saputra dan Wideasavitri, 2022).

3. Dukungan informasional (*informational support*).

Dukungan ini mencakup pemberian nasihat, saran, petunjuk, dan informasi yang berguna dalam membantu individu memecahkan masalah. Keluarga yang memberikan dukungan informasional yang baik akan membantu mahasiswa dalam membuat keputusan akademik yang tepat dan mengembangkan strategi koping yang efektif (Saputra dan Wideasavitri, 2022).

4. Dukungan penghargaan (*appraisal support*).

Dukungan ini diwujudkan melalui ungkapan penghargaan positif, dorongan semangat, penilaian positif terhadap kemampuan individu, serta perbandingan yang positif dengan orang lain. Dukungan penghargaan berkontribusi pada peningkatan harga diri dan efikasi diri mahasiswa dalam menghadapi tantangan akademik (Rahayu dan Sari, 2022).

2.1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Keluarga

Beberapa faktor yang mempengaruhi kualitas dan kuantitas dukungan keluarga yang diterima individu antara lain:

1. Struktur dan komposisi keluarga.

Keluarga dengan struktur yang utuh dan harmonis cenderung mampu memberikan dukungan yang lebih komprehensif dibandingkan keluarga yang tidak utuh atau mengalami konflik internal (Saputra dan Wideasavitri, 2022).

2. Status sosial ekonomi keluarga.

Keluarga dengan kondisi ekonomi yang baik umumnya dapat menyediakan sumber daya material yang lebih memadai untuk mendukung pendidikan anggota keluarganya (Saputra dan Wideasavitri, 2022).

3. Pola komunikasi.

Keluarga yang menerapkan pola komunikasi terbuka dan demokratis cenderung lebih mampu memberikan dukungan emosional dan informasional yang efektif, seperti jarak fisik antara mahasiswa rantau dan keluarganya juga dapat mempengaruhi frekuensi dan intensitas dukungan yang diterima, meskipun perkembangan teknologi komunikasi memungkinkan terjadinya dukungan jarak jauh yang efektif (Ningrum dan Cahyono, 2023).

2.1.3 Instrumen Penelitian Dukungan Keluarga

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan instrumen *Family Support Scale (FSS)* yang digunakan dalam penelitian Dora Ledina Togatorop (2017) merupakan instrumen yang mengukur persepsi mahasiswa terhadap dukungan keluarga dalam proses pendidikan. Instrumen ini mengacu pada teori Friedman (2010) dan House (1981) yang membagi dukungan keluarga ke dalam empat jenis, yaitu dukungan informasional (pemberian informasi dan arahan) 6 item, dukungan emosional (kasih sayang, perhatian, semangat) 4 item, dukungan instrumental (bantuan finansial dan fasilitas) 4 item, serta dukungan penghargaan (penguatan positif dan penerimaan) 2 item. Kuesioner FSS ini terdiri dari 16 item pernyataan yang mencerminkan berbagai bentuk dukungan, seperti pemberian semangat, arahan belajar, penyediaan fasilitas pendidikan, bantuan finansial, serta perhatian dan kepercayaan dari keluarga. Skala yang digunakan adalah skala Likert 4 poin, yaitu 1 (Tidak Pernah), 2 (Jarang), 3 (Sering), dan 4 (Selalu). Rentang skor total adalah 16–64, yang dikategorikan menjadi rendah (16–31), sedang (32–47), dan tinggi (48–64).

2.2 Resiliensi Akademik

2.2.1 Definisi Resiliensi Akademik

Resiliensi akademik adalah kemampuan individu untuk bertahan, beradaptasi, dan bahkan berkembang dalam menghadapi tantangan, tekanan, serta hambatan yang berkaitan dengan konteks akademik. Resiliensi akademik merupakan kapasitas individu untuk mengatasi kesulitan, tekanan, dan permasalahan dalam lingkungan akademik secara efektif (Cassidy 2016, dalam Octaviani dan Mulyadi, 2021). Resiliensi akademik berkorelasi signifikan dengan prestasi klinik, kepuasan terhadap profesi yang dipilih, dan niat untuk menyelesaikan pendidikan. Mahasiswa kesehatan dengan resiliensi akademik tinggi menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam mengelola tekanan akademik, stres klinik, dan membangun hubungan dengan pasien. Resiliensi akademik mencakup tiga elemen inti, yaitu ketekunan dalam belajar, penguasaan emosi negatif yang muncul akibat tekanan akademik, dan kemampuan mencari bantuan serta dukungan dari lingkungan sekitar (Nishikawa-Pacher et al. 2022).

2.2.2 Aspek-Aspek Resiliensi Akademik

Cassidy (2016, dalam Kumalasari et al., 2020) mengidentifikasi tiga aspek utama resiliensi akademik, yaitu:

1. Ketekunan (*perseverance*).

Aspek ini mencerminkan kegigihan individu dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik meskipun menghadapi berbagai rintangan dan kegagalan. Mahasiswa yang memiliki ketekunan tinggi cenderung tidak mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan dalam belajar dan terus berupaya mencapai tujuan akademiknya (Kumalasari et al., 2020).

2. Refleksi dan respons adaptif (*reflecting and adaptive help-seeking*).

Aspek ini berkaitan dengan kemampuan individu untuk melakukan evaluasi diri terhadap pengalaman akademik yang telah dilalui dan mengambil langkah-langkah adaptif, termasuk kemampuan mencari bantuan dari orang lain ketika dibutuhkan.

Mahasiswa yang resilien secara akademik mampu mengidentifikasi kelemahan diri dan secara proaktif mencari sumber dukungan (Kumalasari et al., 2020).

3. Pengaruh negatif dan respons emosional (*negative affect and emotional response*).

Aspek ini berhubungan dengan kemampuan individu dalam mengelola dan mengendalikan emosi negatif seperti kecemasan, frustrasi, dan rasa putus asa yang muncul akibat tekanan akademik. Pengelolaan emosi yang baik memungkinkan individu untuk tetap fokus dan berfungsi secara efektif meskipun berada dalam situasi yang menekan (Kumalasari et al., 2020).

2.2.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Resiliensi Akademik

Resiliensi akademik dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik yang berasal dari dalam diri individu (faktor internal) maupun dari lingkungan sekitar (faktor eksternal). Hendriani (2018) mengklasifikasikan faktor-faktor tersebut sebagai berikut:

1. Faktor internal meliputi efikasi diri, regulasi emosi, optimisme, motivasi intrinsik, dan kemampuan pemecahan masalah. Individu yang memiliki efikasi diri tinggi cenderung lebih resilien karena mereka meyakini kemampuannya untuk mengatasi tantangan akademik yang dihadapi. Regulasi emosi yang baik memungkinkan individu untuk mengelola respons emosional terhadap stresor akademik secara efektif sehingga tidak mengganggu proses belajar (Hendriani, 2018).
2. Faktor eksternal mencakup dukungan dari keluarga, teman sebaya, dan dosen, serta kualitas lingkungan akademik. Di antara faktor eksternal tersebut, dukungan keluarga dianggap sebagai salah satu prediktor terkuat resiliensi akademik mahasiswa (Nishikawa-Pacher et al., 2022). Keluarga berperan sebagai sistem pendukung utama yang menyediakan dukungan emosional, instrumental, informasional, dan penghargaan yang dibutuhkan mahasiswa dalam menghadapi tantangan akademik.

2.2.4 Instrumen Penelitian Resiliensi Akademik

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan instrumen Academic Resilience Scale-30 (ARS-30) yang dikembangkan oleh Cassidy (2016) dan telah diadaptasi ke dalam versi

Indonesia oleh Kumalasari, Luthfiyanni, dan Grasiawaty (2020). Instrumen ini terdiri dari 30 item yang mengukur respon individu terhadap situasi kesulitan akademik melalui tiga dimensi utama, yaitu ketekunan dengan 11 item yang menilai kemampuan mempertahankan usaha meski menghadapi hambatan (misalnya, "Saya terus mencoba meskipun tugas sulit"), refleksi dan respon adaptif dengan 10 item yang mengeksplorasi kemampuan merefleksikan kegagalan dan mencari bantuan secara konstruktif (misalnya, "Saya memikirkan cara memperbaiki kesalahan saya"), serta pengaruh negatif dan respon emosional dengan 9 item yang mengidentifikasi dampak emosional negatif seperti frustrasi atau penyerahan diri (misalnya, "Saya merasa putus asa saat menghadapi kegagalan akademik"). Skala menggunakan format Likert 1–6 (1 = Sangat Tidak Setuju, 2 = Tidak Setuju, 3 = Agak Tidak Setuju, 4 = Agak Setuju, 5 = Setuju, 6 = Sangat Setuju).

2.3 Konsep Mahasiswa Rantau

2.3.1 Definisi Mahasiswa Rantau

Mahasiswa rantau merupakan individu yang sedang menempuh pendidikan tinggi di kota atau daerah yang berbeda dengan tempat tinggal asal mereka, dan dalam menjalani kehidupan sehari-hari tidak tinggal bersama keluarga kandung. Mahasiswa rantau merupakan mahasiswa yang hidup terpisah dari orang tua dan keluarga, baik karena alasan akademik maupun pekerjaan, dan harus mampu mengelola kehidupannya secara lebih mandiri dibandingkan mahasiswa yang tinggal bersama keluarga (Wahyuningsih dan Noviati, 2021). Fenomena merantau untuk menempuh pendidikan merupakan hal yang sangat umum terjadi di Indonesia, mengingat distribusi perguruan tinggi berkualitas yang belum merata di seluruh wilayah membuat banyak calon mahasiswa yang harus meninggalkan daerah asal mereka untuk dapat mengakses pendidikan tinggi yang sesuai dengan minat dan kemampuan akademiknya (Aisyah dan Suryaningrum, 2022).

Kelompok usia 17–25 tahun merupakan kelompok yang mendominasi populasi mahasiswa karena berada pada masa transisi dari remaja menuju dewasa (*emerging*

adulthood) yang ditandai dengan eksplorasi identitas, kemandirian, serta penyesuaian terhadap lingkungan baru. Pada mahasiswa rantau, fase ini sering disertai dengan tuntutan adaptasi terhadap kehidupan akademik, sosial, dan budaya di daerah tempat menempuh pendidikan sehingga membutuhkan dukungan sosial yang memadai (Wijaya S Saprowi, 2022; Anggraeni S Hidayati, 2024). Kelompok usia 26–35 tahun dapat digolongkan sebagai mahasiswa dewasa awal (*young adulthood*). Pada rentang usia ini, mahasiswa umumnya telah memiliki perkembangan psikologis yang lebih matang, pengalaman hidup yang lebih luas, serta kemampuan regulasi diri yang lebih baik. Dalam konteks mahasiswa rantau, kelompok usia ini tetap menghadapi tantangan adaptasi terhadap lingkungan akademik dan sosial, namun sering kali juga dihadapkan pada tuntutan peran ganda, seperti bekerja, berkeluarga, maupun melanjutkan studi (Anggraeni S Hidayati, 2024; Toba S Anggraeni, 2026).

2.3.2 Karakteristik dan Tantangan Mahasiswa Rantau

Beberapa tantangan utama yang dihadapi mahasiswa rantau menurut Aisyah dan Suryaningrum (2022), yaitu:

1. Tantangan adaptasi sosial dan budaya yaitu proses penyesuaian diri dengan lingkungan sosial dan budaya yang berbeda dari daerah asal, seperti perbedaan bahasa, norma sosial, kebiasaan, dan nilai-nilai budaya.
2. Tantangan kemandirian dan manajemen diri yaitu keharusan untuk mengelola berbagai aspek kehidupan sehari-hari secara mandiri, termasuk mengatur keuangan, memasak, membersihkan tempat tinggal, serta mengatur jadwal belajar dan istirahat tanpa pengawasan langsung dari orang tua.
3. Tantangan akademik yang mencakup tekanan untuk mempertahankan prestasi akademik di lingkungan perguruan tinggi yang memiliki sistem pembelajaran yang berbeda dan berinteraksi dengan dosen serta teman sebaya dari latar belakang yang beragam.
4. Tantangan psikologis terutama berkaitan dengan perasaan kesepian, kerinduan akan keluarga (*homesickness*), dan kurangnya sistem dukungan sosial di lingkungan baru.

Kondisi-kondisi ini dapat berkontribusi pada munculnya berbagai permasalahan kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi jika tidak ditangani dengan baik (Wahyuningsih dan Noviati, 2021).

2.3.3 Dampak Psikologis pada Mahasiswa Rantau

Penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa rantau rentan mengalami berbagai permasalahan psikologis akibat tekanan yang mereka hadapi. Mahasiswa rantau memiliki tingkat stres yang secara signifikan lebih tinggi dibandingkan mahasiswa non-rantau, dengan sumber stres utama berasal dari tekanan akademik, kerinduan pada keluarga, dan kesulitan adaptasi dengan lingkungan baru (Aisyah dan Suryaningrum, 2022). Kondisi psikologis mahasiswa rantau sangat dipengaruhi oleh kualitas dan intensitas dukungan sosial yang mereka terima, baik dari keluarga, teman sebaya, maupun institusi akademik. Mahasiswa rantau yang memiliki jaringan dukungan sosial yang kuat terbukti lebih mampu mengelola stres dan mempertahankan kesehatan mental yang baik (Saputra dan Wideasavitri, 2022).

2.3.4 Peran Dukungan Keluarga bagi Mahasiswa Rantau

Mahasiswa rantau adalah mahasiswa yang menempuh pendidikan tinggi di kota atau daerah yang berbeda dari tempat asal mereka, sehingga harus hidup terpisah dari keluarga dan lingkungan yang dikenalnya. Kondisi ini membawa berbagai tantangan tersendiri, mulai dari penyesuaian diri dengan lingkungan baru, pengelolaan keuangan secara mandiri, hingga adaptasi terhadap budaya dan sistem sosial yang berbeda (Wahyuningsih dan Noviati, 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Saputra dan Wideasavitri (2022) menunjukkan bahwa mahasiswa rantau yang merasakan dukungan keluarga yang tinggi cenderung memiliki tingkat stres yang lebih rendah, kemampuan adaptasi yang lebih baik, dan performa akademik yang lebih optimal.

Selain itu, Ningrum dan Cahyono (2023) menekankan bahwa meskipun terpisah secara fisik, hubungan emosional yang kuat dengan keluarga tetap dapat memberikan rasa aman dan kepercayaan diri yang dibutuhkan mahasiswa rantau dalam menghadapi berbagai tekanan

akademik. Hal ini sejalan dengan teori keterikatan (attachment theory) yang menyatakan bahwa individu yang memiliki ikatan emosional yang aman dengan figur lekat utamanya akan lebih mampu mengeksplorasi lingkungan dan menghadapi tantangan secara mandiri.

2.4 Hubungan Dukungan Keluarga dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa Rantau

2.4.1 Keterkaitan Teoritis

Hubungan antara dukungan keluarga dan resiliensi akademik dapat dijelaskan melalui beberapa perspektif teoritis, yaitu:

1. Teori dukungan sosial, dukungan yang diterima individu dari lingkungan sosialnya khususnya keluarga berfungsi sebagai sumber daya psikologis yang membantu individu dalam menghadapi tekanan dan mengembangkan resiliensi (House, 1981, dalam Rahayu dan Sari, 2022).
2. Model ekologis Bronfenbrenner memandang bahwa kemampuan resiliensi sangat dipengaruhi oleh konteks-konteks ekologis tempat individu tersebut berada. Keluarga sebagai mikrosistem terdekat memiliki pengaruh yang paling langsung dan kuat terhadap perkembangan psikologis individu, termasuk kemampuan resiliensi akademiknya (Hendriani, 2018) .
3. Perspektif resiliensi ekologi-transaksional menyatakan bahwa resiliensi berkembang melalui interaksi antara faktor-faktor risiko dan faktor-faktor protektif dalam berbagai tingkatan ekologi. Dukungan keluarga merupakan salah satu faktor protektif yang paling kuat dalam memperkuat resiliensi individu, terutama ketika individu menghadapi berbagai faktor risiko dalam konteks akademiknya (Cicchetti dan Lynch, dalam Hendriani, 2018) .

2.4.2 Mekanisme Hubungan

Mekanisme hubungan antara dukungan keluarga dan resiliensi akademik dapat dijelaskan melalui beberapa pendekatan teori. Secara teoritis, hubungan ini berlandaskan pada teori *Conservation of Resources* yang dikembangkan oleh Hobfoll, yang menyatakan bahwa individu senantiasa berupaya memperoleh, mempertahankan, dan melindungi sumber daya

yang dimilikinya. Dalam konteks mahasiswa rantau, dukungan keluarga berperan sebagai sumber daya eksternal yang bersifat sosial. Ketika mahasiswa menghadapi tekanan akademik maupun non-akademik, ketersediaan dukungan keluarga akan membantu individu untuk tidak mengalami kehilangan sumber daya secara signifikan, sehingga kemampuan bertahan dan bangkit dari kesulitan tetap terjaga (Listiyandini dan Rahmatika, 2021). Secara khusus dalam konteks mahasiswa rantau, mekanisme hubungan ini menjadi semakin relevan mengingat mahasiswa rantau menghadapi stressor ganda yang tidak dialami oleh mahasiswa pada umumnya seperti perasaan kesepian, rindu keluarga (*homesickness*), dan minimnya jaringan sosial di lingkungan baru. Kualitas dan konsistensi komunikasi antara mahasiswa rantau dengan keluarganya menjadi kunci dalam memediasi hubungan antara dukungan keluarga dan resiliensi akademik (Nisa dan Ariana, 2022)

2.5 Temuan Penelitian Terdahulu

Tabel 2.1 Temuan Penelitian Terdahulu

No	Penulis	Tahun	Judul	Hasil Penelitian
1	Zuniar Risanti Pratiwi S Dewi Kumalasari	2021	Dukungan Orang Tua Dan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa	Penelitian yang melibatkan 178 mahasiswa menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan teknik accidental sampling serta analisis korelasi Spearman menunjukkan bahwa semua dimensi dukungan orang tua memiliki hubungan positif yang signifikan dengan resiliensi akademik mahasiswa, dengan nilai $r_s = 0,414$ ($p < 0,05$).
2	Ailine Yoan Sanger dan Dira Sigar	2023	Dukungan Keluarga Dan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan	Penelitian pada 109 mahasiswa keperawatan menggunakan metode kuantitatif korelasional menunjukkan adanya korelasi positif yang kuat antara dukungan keluarga dan resiliensi akademik, dimana semakin tinggi dukungan keluarga yang diterima mahasiswa maka semakin tinggi pula tingkat resiliensi akademiknya.
3	Reni Susanti, Rahimi Sa'adiyah	2023	Apakah Mahasiswa Membutuhkan Dukungan Keluarga Untuk Mengembangkan Resiliensi Akademik?	Penelitian yang melibatkan 270 mahasiswa dengan metode kuantitatif menggunakan analisis regresi menunjukkan bahwa dukungan keluarga berhubungan signifikan dengan resiliensi akademik mahasiswa dengan nilai $p < 0,05$, yang berarti dukungan keluarga berperan penting dalam meningkatkan kemampuan mahasiswa menghadapi kesulitan akademik.
4	Cecilia S Denrich Suryadi	2024	Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir Di Universitas X	Penelitian yang melibatkan 313 mahasiswa tingkat akhir menggunakan metode kuantitatif dengan analisis korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial orang tua dan resiliensi akademik mahasiswa, yang berarti semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan orang tua maka semakin tinggi pula tingkat resiliensi akademik mahasiswa.
5	Elipiya E., Farid I. K, Agung T. P.	2025	Pengaruh Dukungan Emosional Orang Tua Dan Efikasi Diri Terhadap Resiliensi Akademik Mahasiswa	Penelitian pada 300 mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan (FTIK) IAIN Kerinci menggunakan metode kuantitatif menunjukkan bahwa dukungan emosional dari orang tua memberikan kontribusi yang signifikan terhadap resiliensi akademik mahasiswa, sehingga dukungan emosional menjadi salah satu faktor penting dalam membantu mahasiswa menghadapi tantangan akademik.