

RESILIENSI PADA MAHASISWA YANG MERANTAU: STUDI LITERATUR**Mawaddah Nur Afifah^{1*}, Haerani Nur²**¹⁻²Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia* Email: mawaddahafifah08@gmail.com

Artikel Info	Abstrak
Riwayat Artikel Diterima: 17 Nov 2025 Direvisi: 18 Des 2025 Dipublikasi: 20 Januari 2026	<i>Penelitian ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang mendalam dan menyeluruh mengenai resiliensi pada mahasiswa yang merantau. Metode penelitian menggunakan pendekatan Integrative Literature Review (ILR) dengan menelaah 28 sumber literatur. Penelusuran literatur dilakukan melalui database Google Scholar dan Science Direct. Penelitian ini dilakukan dengan tahapan identifikasi topik, penelusuran dan pemilihan literatur, analisis literatur, serta sintesis temuan. Hasil penelitian menunjukkan tiga temuan utama: Pertama, resiliensi mahasiswa perantau merupakan proses psikologis yang dinamis dengan tingkat resiliensi yang berkembang dari fase adaptasi awal menuju kemandirian yang lebih matang; Kedua, resiliensi dipengaruhi oleh faktor internal (regulasi emosi, optimisme, efikasi diri, konsep diri positif, dan self-compassion) serta faktor eksternal (dukungan sosial dari keluarga, teman sebaya, lingkungan akademik, dan komunitas); Ketiga, peningkatan resiliensi dapat dicapai melalui strategi personal berupa pelatihan pengelolaan stres dan pengembangan efikasi diri, serta strategi institusional melalui kelompok dukungan sebaya dan layanan konseling kampus. Hasil penelitian menegaskan bahwa resiliensi mahasiswa yang merantau bukanlah sifat bawaan tetapi kemampuan yang dapat dikembangkan dan diperkuat dengan strategi yang tepat.</i>
Article History Received: Nov 20 st , 2025 Revised: Des 18 st , 2025 Published: Jan 20 st , 2026	<i>This study aims to provide a deep and comprehensive understanding of resilience in migrant students. The research method used the Integrative Literature Review (ILR) approach by examining 28 literature sources. Literature searches were conducted through the Google Scholar and Science Direct databases. This research was conducted through the stages of topic identification, literature search and selection, literature analysis, and synthesis of findings. The results of the study show three main findings: First, resilience in migrant students is a dynamic psychological process with the level of resilience developing from the initial adaptation phase to a more mature independence; Second, resilience is influenced by internal factors (emotional regulation, optimism, self-efficacy, positive self-concept, and self-compassion) and external factors (social support from family, peers, academic environment, and community); Third, increased resilience can be achieved through personal strategies in the form of stress management training and self-efficacy development, as well as institutional strategies through peer support groups and campus counseling services. The results of the study confirm that resilience in migrant students is not an innate trait but an ability that can be developed and strengthened with the right strategies.</i>
Keywords: Resilience; Literature Study; Students.	

PENDAHULUAN

Mahasiswa adalah orang yang belajar di perguruan tinggi baik di universitas, institut atau akademi (Qomarudin, 2021). Berdasarkan Pangkalan Data Pendidikan Tinggi (2024), sebanyak 7.246.906 jumlah mahasiswa aktif yang terdaftar pada perguruan tinggi di Indonesia. Mahasiswa yang menempuh pendidikan tinggi idealnya memiliki adaptasi yang baik untuk membantu mengatasi tuntutan pendidikan dan akademik (Lestarina & Purwantini, 2023). Kemampuan untuk bertahan dan beradaptasi secara positif menjadi hal utama yang dibutuhkan mahasiswa dalam menghadapi berbagai kesulitan selama menjalani masa perkuliahan (Wulandari & Kumalasari, 2022). Resiliensi menjadi kompetensi penting yang memungkinkan mahasiswa untuk bangkit dari berbagai kesulitan akademik dan mencapai penyesuaian yang baik dalam konteks akademik (Salim & Fakhrurrozi, 2020). Sehingga mahasiswa dapat bertahan dan berkembang secara positif di tengah-tengah tekanan dan tantangan yang dihadapi (Kelly, 2025).

Bagi mahasiswa rantau yang menempuh pendidikan jauh dari daerah asalnya, umumnya mereka beradaptasi dengan lingkungan yang baru, jauh dari keluarga, serta mengatur kehidupan mereka secara mandiri, sehingga tanpa sadar dapat membentuk kepribadian yang lebih tangguh, disiplin, dan lebih mandiri dalam mengatur kehidupan di perantauan (Andjani et al. 2025). Namun pada kenyataannya, sebagai

mahasiswa perantau yang tinggal jauh dari orang tua, meskipun telah matang secara perkembangan, tidak menutup kemungkinan dalam perjalanan perkuliahan akan ada masalah yang sulit dihindari seperti dalam hal prestasi akademik, relasi atau pengelolaan diri (Qudri, Ulfa, Susanti, & Agustin, 2025). Mahasiswa yang merantau sering menghadapi tantangan yang beragam dalam kehidupan akademik dan sosialnya, mulai dari kesulitan beradaptasi, isolasi sosial, tekanan akademik, hingga pengelolaan finansial (Sabbilla & Subroto, 2024). Permasalahan ini, jika tidak diselesaikan bisa mempengaruhi prestasi akademik dan kesejahteraan psikologis mahasiswa rantau, hingga dapat memperburuk keadaan mereka yang pada akhirnya menghambat penyelesaian studi (Qudri, Ulfa, Susanti, & Agustin, 2025). Oleh karena itu, resiliensi menjadi sangat penting bagi mahasiswa perantau untuk membantu mereka menghadapi permasalahan tersebut (Supriyati, 2023).

Menurut Reivich dan Shatte (2002), resiliensi didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk beradaptasi secara positif dan bangkit kembali setelah menghadapi pengalaman yang penuh tekanan atau trauma. Resiliensi terdiri dari tujuh aspek utama yaitu regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, analisis kausal, empati, efikasi diri, dan *reaching out* (keterbukaan terhadap peluang dan pengalaman baru). Menurut Ramadhani dan Nur (2025), faktor-faktor pembentuk resiliensi meliputi faktor internal seperti regulasi emosi, harga diri, efikasi diri, *self compassion*, dan kemampuan pemecahan masalah, serta faktor eksternal seperti konteks sosial budaya dan dukungan sosial dari keluarga, teman sebaya, lingkungan sekolah/universitas, serta masyarakat.

Sikap resilien dalam bidang akademik muncul ketika mahasiswa memiliki pengharapan akan masa depan yang baik, sehingga memiliki dorongan untuk dapat menghadapi masalah dengan cara yang adaptif serta tidak mudah mengalami stres (Rikumahu & Rahayu, 2022). Mahasiswa yang resilien cenderung mampu bekerja keras, pantang menyerah, dan dapat mencari bantuan secara adaptif, serta memiliki kemampuan untuk merespon sebuah situasi dengan emosi yang positif (Hasibuan, Astuti, & Hafnidari, 2024). Mahasiswa yang memiliki resiliensi yang tinggi atau baik akan mampu bertahan di dalam tekanan dan mampu mencari jalan keluar terhadap permasalahan akademik yang muncul, dimana resiliensi tersebut berperan dalam mengubah permasalahan menjadi sebuah tantangan, kegagalan menjadi kesuksesan, dan ketidakberdayaan menjadi kekuatan (Harahap, Harahap, dan Harahap, 2020). Jadi, semakin tinggi resiliensi akademik yang dimiliki mahasiswa perantau maka akan semakin mudah baginya dalam mengatasi tuntutan akademik yang dihadapi (Abdillah, Suroso, & Arifiana, 2023).

Namun sebaliknya, resiliensi yang rendah pada mahasiswa ditunjukkan dengan perasaan mudah menyerah, tidak fokus terhadap rencana dan tujuan yang telah ditetapkan, tidak menyadari penyebab mengalami kesulitan, tidak berusaha untuk mencari bantuan ketika mengalami kesulitan, tidak dapat mengontrol emosi, dan tidak memiliki optimisme (Efendi, Anwar, & Akmal, 2023). Mahasiswa yang memiliki resiliensi rendah akan menganggap persoalan akademik adalah beban hidup sehingga mereka akan frustasi dan menganggap hal tersebut sebagai ancaman dalam hidupnya (Siburian & Siburian, 2023). Hal itulah yang membuat mahasiswa dengan resiliensi rendah lebih rentan mengalami gangguan kesehatan mental, seperti stres, kecemasan, dan depresi (Afiffah & Wardani, 2023).

Beberapa penelitian terdahulu telah mengeksplorasi resiliensi pada mahasiswa dengan berbagai pendekatan. Penelitian Supriyati (2023) menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisis regresi untuk menguji pengaruh dukungan sosial dan harga diri terhadap resiliensi pada 90 mahasiswa perantau Program Studi Kedokteran Universitas Malahayati, memperoleh hasil bahwa ada hubungan antara dukungan sosial dan harga diri dengan resiliensi, yang berarti semakin tinggi dukungan sosial dan harga diri yang dimiliki mahasiswa maka mahasiswa tersebut akan semakin memiliki resiliensi. Penelitian oleh Anriani dan Nasution (2024) dengan pendekatan kualitatif mengeksplorasi pengalaman adaptasi mahasiswa perantau di Kota Yogyakarta menggunakan perspektif teori konstruksi sosial Peter L. Berger dengan tiga tahapan proses yaitu eksternalisasi, objektivasi, dan internalisasi. Selain itu, penelitian Shodiq dan Faruq (2025) yang menggunakan pendekatan *Systematic Literatur Review* (SLR), mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi resiliensi akademik mahasiswa rantau dan memperoleh hasil bahwa resiliensi akademik mahasiswa rantau dipengaruhi oleh dukungan sosial (keluarga, teman, komunitas, lingkungan akademik), nilai dan motivasi (aspirasi akademik dan kecerdasan spiritual), serta faktor personal (ketekunan, regulasi diri, dan kemampuan adaptif).

Meskipun telah banyak penelitian sebelumnya yang membahas dan mengkaji resiliensi pada mahasiswa perantau dengan beragam pendekatan, masih terbatasnya kajian yang menggabungkan dan mengintegrasikan berbagai hasil temuan penelitian secara menyeluruh. Kebaruan penelitian ini terletak pada studi literatur yang menggunakan pendekatan *integrative review* dengan proses mengintegrasikan berbagai perspektif dan temuan penelitian mengenai resiliensi mahasiswa perantau dari berbagai sudut pandang dan metodologi. Topik ini penting untuk dikaji karena semakin banyak jumlah mahasiswa yang memilih untuk merantau serta menghadapi tantangan akademik, psikologis, dan sosial yang memerlukan kemampuan ketahanan diri yang baik. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk melakukan studi literatur integratif guna memberikan pemahaman yang lebih mendalam dan menyeluruh mengenai resiliensi pada mahasiswa yang merantau.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur dengan pendekatan *Integrative Literature Review* (ILR). *Integrative Literatur Review* (ILR) merupakan suatu bentuk penelitian dengan meninjau literatur tentang suatu topik secara terintegrasi sehingga konsep atau perspektif baru mengenai topik tersebut dapat dihasilkan (Torraco, 2005). Pendekatan ini memberikan ringkasan literatur yang lebih luas dan menyeluruh, serta mencakup temuan dari berbagai desain penelitian (Whittemore & Knafl, 2005). Proses pada pendekatan *Integrative Literature Review* (ILR) melibatkan beberapa tahap yaitu mengidentifikasi topik atau isu yang akan ditinjau, melakukan penelusuran dan pemilihan literatur, meninjau dan menganalisis literatur untuk memahami isinya, serta menyajikan hasil tinjauan dalam bentuk pemahaman dan perspektif baru (Torraco, 2005). Literatur yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 28 artikel yang bertujuan untuk memperoleh gambaran mengenai resiliensi pada mahasiswa yang merantau. Penelusuran literatur dilakukan melalui *database Google Scholar* dan *Science Direct* menggunakan kata kunci yang berkaitan dengan topik. Kriteria artikel penelitian yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu (1) Artikel penelitian yang mengkaji mengenai resiliensi mahasiswa rantau; (2) Artikel penelitian yang menggunakan metode kuantitatif, kualitatif, *mix method*, ataupun studi literatur; (3) Artikel penelitian 10 tahun terakhir (2015-2025).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan telaah terhadap 28 sumber literatur yang membahas resiliensi pada mahasiswa yang merantau, diperoleh berbagai temuan yang mendalam mengenai resiliensi pada mahasiswa yang merantau. Temuan-temuan tersebut disajikan pada tabel berikut ini:

Tabel 1. Hasil Penelusuran Literatur terkait Resiliensi pada Mahasiswa Rantau

No	Identitas Literatur	Metode	Hasil
1	Irwan, Supraja, & Zubaidi, (2016). <i>Dinamika Aktualisasi Diri Pemuda Rantau dan Implikasinya terhadap Ketahanan Pribadi (Studi pada Mahasiswa Rantau Asal Sumatra Barat di Asrama Putri Bundo Kanduang Daerah Istimewa Yogyakarta)</i> . <i>Jurnal Ketahanan Nasional</i> .	Kualitatif	Mahasiswa rantau asal Minangkabau di Yogyakarta mampu memenuhi kebutuhan dasar, menyesuaikan diri melalui kegiatan sosial dan budaya, serta mengembangkan aktualisasi diri yang memperkuat ketahanan pribadi dan rasa percaya diri.
2	Qumairi, Putri, & Harkina, (2021). <i>Pengaruh Resiliensi dan Status Rantau terhadap College Student Subjective Well-Being pada Mahasiswa</i> . <i>Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam</i> .	Kuantitatif Korelasional	Resiliensi dan status rantau berpengaruh positif terhadap kesejahteraan subjektif mahasiswa. Individu yang memiliki resiliensi menunjukkan kemampuan adaptasi, optimisme, dan penerimaan diri yang lebih baik.
3	Said, Rahmawati, & Supraba, (2021). <i>Hubungan antara Dukungan Sosial</i>	Kuantitatif	Terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dan resiliensi akademik mahasiswa

	dengan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa Rantau yang Sedang Mengerjakan Skripsi. <i>Jurnal Psikologi Tabularasa</i> .		rantau. Dukungan keluarga, teman, dan lingkungan kampus meningkatkan kemampuan menghadapi tekanan akademik.
4	Herdi & Ristianingsih, (2021). Perbedaan Resiliensi Mahasiswa Rantau Ditinjau berdasarkan Gegar Budaya. <i>Insight: Jurnal Bimbingan dan Konseling</i> .	Kuantitatif Komparatif	Mahasiswa rantau yang mengalami gegar budaya ringan memiliki tingkat resiliensi lebih tinggi. Adaptasi budaya yang baik membantu mereka menghadapi tekanan emosional dan akademik.
5	Pakau & Huwae, (2022). Hubungan antara <i>Social Support</i> dengan Resiliensi pada Mahasiswa Rantau Penyintas COVID-19. <i>Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat</i> .	Kuantitatif Korelasional	Dukungan sosial memiliki hubungan positif dengan resiliensi mahasiswa rantau penyintas COVID-19. Dukungan emosional dan instrumental memperkuat daya tahan terhadap stres akibat pandemi.
6	Dellafrinida & Harsono, (2022). Hubungan antara <i>Self-Compassion</i> dengan Resiliensi pada Mahasiswa Timur di Kota Malang. <i>Prosiding Seminar Nasional dan Call for Paper Psikologi dan Ilmu Humaniora</i> .	Kuantitatif	<i>Self-compassion</i> berperan penting dalam meningkatkan resiliensi mahasiswa rantau dari Indonesia Timur di Malang. Penerimaan diri dan empati pada diri sendiri membantu mereka menghadapi tekanan psikologis.
7	Hartati & Rahmandani, (2022). Hubungan antara Konsep Diri dengan Resiliensi pada Mahasiswa Perantau Universitas Diponegoro. <i>Jurnal Empati</i> .	Kuantitatif	Konsep diri yang positif berkaitan dengan resiliensi tinggi. Mahasiswa yang memahami dan menghargai dirinya lebih mampu menyesuaikan diri dengan tantangan kehidupan perantauan.
8	Vikriani, Wilson, & Alvi, (2023). Pengaruh Aspirasi terhadap Resiliensi Akademik Mahasiswa Rantau Program Studi Pendidikan Masyarakat Universitas Riau. <i>INNOVATIVE: Journal of Social Science Research</i> .	Kuantitatif bersifat <i>ex post facto</i> .	Aspirasi akademik berpengaruh positif terhadap resiliensi mahasiswa rantau. Semakin kuat motivasi dan tujuan akademik, semakin tinggi daya tahan terhadap kesulitan belajar dan sosial.
9	Supriyati, (2023). Pengaruh Dukungan Sosial dan Harga Diri terhadap Resiliensi Mahasiswa Perantau. <i>Jurnal Psikologi Malahayati</i> .	Kuantitatif	Dukungan sosial dan harga diri secara bersama-sama meningkatkan resiliensi mahasiswa rantau. Individu yang merasa dihargai lebih mampu menghadapi kesulitan akademik maupun sosial.
10	Angraini & Rahardjo, (2023). <i>Psychological Well-Being</i> Mahasiswa Rantau: Peran <i>Resilience</i> dan Optimisme. <i>Psycho Idea</i> .	Kuantitatif	Resiliensi dan optimisme berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa rantau. Mahasiswa yang optimis dan memiliki resiliensi lebih mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan baru.
11	Duanaeva, Berdibayeva, Garber, Baizhumanova, & Adilova, (2023). <i>Cross-cultural Study of Resilience, Stress, and Coping Behavior as Prerequisites for the Success of International Students. The Open Psychology Journal</i> .	Kuantitatif Eksperimen	Studi lintas budaya ini menunjukkan bahwa stres dan perilaku <i>coping</i> memengaruhi tingkat resiliensi mahasiswa internasional. Kemampuan adaptif dan manajemen stres mendukung keberhasilan akademik.

12	Ratnasari & Dinni, (2023). <i>Self Compassion</i> dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Resiliensi Anak Bungsu yang Merantau. <i>Jurnal Diversita</i> .	Kuantitatif	Dukungan sosial teman sebaya dan <i>self-compassion</i> berkontribusi terhadap pembentukan resiliensi anak bungsu yang merantau. Dukungan emosional membantu mengurangi tekanan psikologis.
13	Fadilah & Aulia, (2023). Korelasi Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Resiliensi Mahasiswa Perantau pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam UIN Antasari Banjarmasin. <i>Al-Kamilah: Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam</i> .	Kuantitatif Korelasional	Dukungan sosial teman sebaya memiliki hubungan positif dengan resiliensi mahasiswa rantau. Hubungan pertemanan yang baik membantu mereka mengatasi tekanan akademik dan sosial.
14	Ridayana, Putri, & Fazny, (2023). Resiliensi Mahasiswa Rantau Suku Melayu Borneo pada Asrama Mahasiswa di Pontianak. <i>International Conference of Issues in Multicultural Counseling</i> .	Kualitatif dengan studi deskriptif	Mahasiswa rantau suku Melayu Borneo menunjukkan resiliensi melalui kemampuan beradaptasi dengan lingkungan asrama, rasa kebersamaan, dan dukungan antar teman.
15	Anggraeni & Hidayati, (2024). Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Resiliensi dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Rantau Tahun Pertama. <i>Cognicia</i> .	Kuantitatif Korelasional	Resiliensi dan dukungan sosial teman sebaya memiliki hubungan negatif dengan stres akademik. Mahasiswa rantau tahun pertama yang memiliki resiliensi lebih mampu mengendalikan tekanan belajar.
16	Purnamasari & Satwika, (2024). Resiliensi Mahasiswa Rantau di Kota Surabaya yang Mendapatkan Dukungan Sosial dari Komunitas Kristen. <i>Character: Jurnal Penelitian Psikologi</i> .	Kualitatif Fenomenologi	Dukungan sosial komunitas keagamaan meningkatkan resiliensi mahasiswa rantau. Keterlibatan dalam komunitas memperkuat rasa aman dan kepercayaan diri dalam menghadapi kesulitan.
17	Juliantika & Darmawanti, (2024). Hubungan antara Gegar Budaya dengan Resiliensi Diri pada Mahasiswa Tingkat Pertama Luar Jawa. <i>Character Jurnal Penelitian Psikologi</i> .	Kuantitatif Korelasional	Mahasiswa luar Jawa yang mengalami gegar budaya ringan memiliki tingkat resiliensi lebih tinggi. Kemampuan menyesuaikan diri terhadap perbedaan budaya memperkuat ketahanan diri.
18	Silviana, (2024). Peran Tawakal dan Dukungan Keluarga pada Mahasiswa Rantau dalam Menghadapi Tekanan Akademik. <i>Jurnal Psikologi Islam</i> .	Kualitatif Naratif	Tawakal dan dukungan keluarga membantu mahasiswa rantau menghadapi tekanan akademik. Keyakinan spiritual dan dukungan emosional keluarga memperkuat daya tahan mental.
19	Ningsih & Astuti, (2024). Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa Rantau di Yogyakarta yang Sedang Mengerjakan Skripsi. <i>Prosiding Seminar Nasional 2024 Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta</i> .	Kuantitatif	Dukungan sosial teman sebaya berhubungan positif dengan resiliensi akademik mahasiswa rantau. Teman sebaya berperan sebagai sumber motivasi dan tempat berbagi masalah akademik.
20	Mirza et al., (2024). Resiliensi Ditinjau dari Regulasi Emosi pada Mahasiswa Perantauan. <i>Jurnal Diversita</i> .	Kuantitatif	Regulasi emosi memiliki pengaruh terhadap resiliensi mahasiswa rantau. Individu yang mampu mengelola emosinya menunjukkan ketahanan lebih tinggi terhadap tekanan

21	Pinasthika & Ambarwati, (2024). Bertahan dalam Kesulitan Akademik: Spiritualitas dan Hubungannya dengan Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Merantau. <i>Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi</i> .	Kuantitatif Korelasional	akademik. Spiritualitas berhubungan positif dengan resiliensi. Nilai-nilai spiritual membantu mahasiswa rantau tingkat akhir bertahan menghadapi beban akademik dan tekanan batin.
22	Salgado et al., (2024). <i>Mental Health and Resilience of Migrant University Students in the United Arab Emirates. New Emirates Medical Journal</i> .	Kuantitatif	Mahasiswa migran di UEA menunjukkan bahwa kesehatan mental dan dukungan sosial berperan penting dalam membentuk resiliensi akademik serta kesejahteraan psikologis.
23	Safitri & Arswimba, (2024). Perbedaan Tingkat Resiliensi Diri Mahasiswa Rantau dari Suku Batak di Universitas Sanata Dharma Ditinjau dari Jenis Kelamin. <i>Edukasi Elita: Jurnal Inovasi Pendidikan</i> .	Kuantitatif Komparatif	Terdapat perbedaan tingkat resiliensi antara mahasiswa rantau laki-laki dan perempuan suku Batak. Faktor budaya dan jenis kelamin memengaruhi cara individu menghadapi kesulitan.
24	Maharani, Muntafi, & Malikah, (2024). Gambaran Resiliensi pada Mahasiswa Rantau Tingkat Akhir di Kota Malang dan Surabaya. <i>Proceedings of PsychoNutrition Student Summit</i> .	Kualitatif Studi Kasus	Mahasiswa rantau tingkat akhir menunjukkan resiliensi tinggi karena pengalaman panjang menghadapi tekanan studi dan kehidupan mandiri di kota lain.
25	Nurpriyarni & Yusuf, (2025). Pengaruh Optimisme dan Efikasi Diri terhadap Resiliensi Mahasiswa Rantau Luar Pulau Jawa di UIN Salatiga. <i>INQUIRY: Jurnal Ilmiah Psikologi</i> .	Kuantitatif	Optimisme dan efikasi diri berpengaruh terhadap resiliensi mahasiswa rantau. Individu yang percaya pada kemampuan diri lebih mampu mengatasi kesulitan akademik.
26	Adisya, Satiadarma, & Subroto, (2025). Hubungan antara <i>Self-Compassion</i> dan Resiliensi pada Mahasiswa Perantau Tingkat Akhir. <i>AKADEMIK: Jurnal Mahasiswa Humanis</i> .	Kuantitatif Korelasional	<i>Self-compassion</i> memiliki hubungan positif dengan resiliensi mahasiswa rantau tingkat akhir. Sikap welas asih pada diri sendiri membantu mahasiswa bertahan menghadapi tekanan akademik.
27	Shodiq & Faruq, (2025). Membangun Resiliensi Akademik Mahasiswa Rantau: Tinjauan Sistematis terhadap Faktor-Faktor yang Memengaruhi. <i>National Conference on Research and Proceedings Sisi Indonesia (Ncr-Pro Sinesia 2025) & National Conference on Community Service and Proceedings Sisi Indonesia (Nc2s-Pro Sinesia 2025)</i> .	Systematic Literature Review (SLR)	Resiliensi akademik mahasiswa rantau dipengaruhi oleh faktor internal seperti motivasi dan efikasi diri serta faktor eksternal seperti dukungan sosial dan lingkungan belajar.
28	Hadadi & Sarajar, (2025). Peran Dukungan Teman Sebaya terhadap Resiliensi terhadap Akademik Mahasiswa Rantau yang Sedang Mengerjakan Skripsi. <i>G-COUNS: Jurnal Bimbingan dan Konseling</i> .	Kuantitatif	Dukungan teman sebaya berperan penting dalam membangun resiliensi akademik mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi. Interaksi positif antar teman memperkuat daya juang dan semangat belajar.

Gambaran atau dinamika resiliensi pada mahasiswa perantau

Berdasarkan hasil penelusuran literatur menunjukkan bahwa resiliensi mahasiswa perantau merupakan proses psikologis yang bersifat dinamis, berkembang seiring pengalaman individu dalam menghadapi tekanan hidup di lingkungan baru. Sebagian besar penelitian menunjukkan bahwa tingkat resiliensi mahasiswa perantau berada pada kategori sedang hingga tinggi, menandakan adanya kemampuan adaptasi yang baik dalam mengatasi tantangan akademik maupun sosial selama di perantauan (Fadilah & Aulia, 2023; Salgado et al., 2024). Mahasiswa yang telah lama merantau cenderung menunjukkan kemampuan regulasi diri dan ketahanan yang lebih matang dibanding mahasiswa baru yang masih beradaptasi terhadap lingkungan baru (Irwan, Supraja, & Zubaidi, 2016; Maharani, Muntafi, & Malikah, 2024). Hasil-hasil tersebut memperlihatkan bahwa resiliensi bukanlah sifat bawaan, melainkan kemampuan yang berkembang dari proses belajar menghadapi tekanan, kegagalan, dan keberhasilan yang dialami mahasiswa dalam kesehariannya.

Beberapa studi menggambarkan dinamika resiliensi sebagai kemampuan untuk bangkit setelah mengalami tekanan akademik, kesepian, atau kesulitan ekonomi. Mahasiswa yang memiliki resiliensi ditandai dengan kemampuannya mempertahankan motivasi belajar, mengelola stres, dan membangun makna positif dari pengalaman merantau (Duanaeva et al., 2023; Maharani et al., 2024). Penelitian lain menjelaskan bahwa resiliensi muncul melalui proses refleksi diri dan pembelajaran dari pengalaman sulit, mahasiswa yang mampu menafsirkan kegagalan secara positif menunjukkan peningkatan kepercayaan diri dan optimisme terhadap masa depan (Mirza et al., 2024). Selain itu, dukungan lingkungan kampus yang adaptif turut berperan dalam memperkuat resiliensi dengan menyediakan ruang bagi mahasiswa untuk menyesuaikan diri dan membangun hubungan sosial baru yang suportif (Pakau & Huwae, 2022). Dengan demikian, secara umum dapat disimpulkan bahwa dinamika resiliensi mahasiswa perantau bergerak dari fase ketergantungan dan adaptasi awal menuju fase kemandirian dan kemampuan menghadapi tekanan hidup secara konstruktif.

Faktor-faktor yang memengaruhi resiliensi mahasiswa perantau

Berdasarkan hasil penelusuran literatur, faktor-faktor yang memengaruhi resiliensi mahasiswa perantau terbagi dalam dua ranah besar, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi kemampuan regulasi emosi, optimisme, efikasi diri, konsep diri positif, dan *self-compassion*. Temuan kuantitatif menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki efikasi diri dan optimisme tinggi cenderung lebih mampu mengatasi tekanan akademik, membangun strategi pemecahan masalah, serta mempertahankan komitmen terhadap tujuan pribadi (Anggraeni & Hidayati, 2024; Nurpriyarni & Yusuf, 2025). Hasil penelitian lain menemukan hubungan positif antara harga diri dan tingkat resiliensi, di mana individu dengan konsep diri positif menunjukkan kemampuan lebih baik dalam menyesuaikan diri terhadap situasi baru dan mengelola emosi secara adaptif (Hartati & Rahmandani, 2022; Adisy, Satiadarma, & Subroto, 2025). *Self-compassion* juga ditemukan berperan penting dalam memperkuat resiliensi, karena mahasiswa yang mampu menerima keterbatasan diri secara realistik lebih mampu mengurangi tekanan psikologis dan membangun pandangan positif terhadap tantangan (Mirza et al., 2024).

Faktor eksternal mencakup dukungan sosial dari keluarga, teman sebaya, lingkungan akademik, serta komunitas keagamaan atau budaya tempat mahasiswa berinteraksi. Dukungan keluarga yang hangat dan terbuka terbukti meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik dan sosial, sekaligus menurunkan tingkat stres yang dialami selama masa perantauan (Pakau & Huwae, 2022; Hadadi & Sarajar, 2025). Dukungan teman sebaya juga menjadi elemen penting karena memungkinkan mahasiswa berbagi pengalaman, saling memberikan solusi, dan memperkuat rasa kebersamaan yang berdampak positif terhadap ketahanan pribadi (Fadilah & Aulia, 2023; Ningsih & Astuti, 2024). Selain itu, beberapa penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan dalam kegiatan komunitas dan aktivitas keagamaan berperan sebagai sumber makna dan harapan yang memperkuat kemampuan individu dalam menghadapi kesulitan hidup (Purnamasari & Satwika, 2024; Silviana, 2024). Faktor kontekstual seperti gegar budaya, perbedaan bahasa, dan tekanan ekonomi juga dilaporkan memengaruhi resiliensi; mahasiswa yang memiliki kemampuan adaptasi budaya lebih baik cenderung menunjukkan peningkatan ketahanan psikologis dari waktu ke waktu

(Herdi & Ristianingsih, 2021; Juliantika & Darmawanti, 2024). Secara keseluruhan, kombinasi antara kekuatan personal dan dukungan sosial menjadi fondasi utama yang memungkinkan mahasiswa yang merantau untuk bertahan dan berkembang di lingkungan baru.

Strategi meningkatkan resiliensi mahasiswa perantau

Berdasarkan hasil penelusuran literatur menunjukkan bahwa strategi untuk meningkatkan resiliensi mahasiswa perantau mencakup pendekatan personal dan institusional yang saling melengkapi. Pendekatan personal berfokus pada penguatan kemampuan coping, regulasi emosi, dan efikasi diri yang terbukti membantu mahasiswa menghadapi tekanan akademik dan sosial. Sejumlah penelitian menjelaskan bahwa pelatihan keterampilan pengelolaan stres dan regulasi emosi berperan penting dalam menurunkan tingkat stres serta meningkatkan kemampuan adaptasi mahasiswa perantau (Mirza et al., 2024; Hadadi & Sarajar, 2025). Pengembangan efikasi diri melalui kegiatan mentoring, bimbingan akademik, dan pelatihan pengembangan diri juga dilaporkan efektif dalam memperkuat keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan diri sendiri untuk mengatasi tantangan selama hidup di perantauan (Anggraeni & Hidayati, 2024; Maharani et al., 2024). Peningkatan kepercayaan diri dan kemampuan berpikir positif terbukti berkontribusi terhadap ketahanan psikologis mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik dan sosial yang tinggi (Fadilah & Aulia, 2023).

Pendekatan institusional menekankan pentingnya dukungan sosial yang terstruktur dari lingkungan kampus dan masyarakat sekitar. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa keberadaan kelompok dukungan sebaya dan komunitas mahasiswa perantau memberikan dampak signifikan terhadap peningkatan resiliensi karena membantu mengurangi rasa kesepian, meningkatkan rasa memiliki, dan menyediakan ruang berbagi pengalaman adaptasi (Duanaeva et al., 2023; Ningsih & Astuti, 2024). Layanan konseling kampus yang aktif dan responsif juga berperan dalam membantu mahasiswa mengelola tekanan emosional serta mengembangkan strategi coping yang lebih sehat (Pakau & Huwae, 2022). Selain itu, keterlibatan dalam kegiatan keagamaan dan komunitas spiritual di lingkungan kampus terbukti memberikan sumber makna dan ketenangan batin yang membantu mahasiswa membangun kembali motivasi ketika menghadapi kesulitan (Purnamasari & Satwika, 2024; Silviana, 2024). Kombinasi antara strategi personal dan dukungan sosial institusional menjadi kunci utama peningkatan resiliensi mahasiswa perantau. Strategi yang menekankan pada penguatan kapasitas pribadi seperti regulasi emosi, efikasi diri, dan optimisme, apabila disertai dengan dukungan sosial yang memadai dari teman sebaya, keluarga, dan lingkungan akademik, dapat menghasilkan perubahan positif terhadap kemampuan mahasiswa untuk pulih dari tekanan dan menyesuaikan diri di perantauan (Fadilah & Aulia, 2023; Mirza et al., 2024; Hadadi & Sarajar, 2025).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil telaah integratif, penelitian ini menemukan tiga kesimpulan utama. Pertama, resiliensi pada mahasiswa yang merantau merupakan proses psikologis yang bersifat dinamis dan berkembang seiring pengalaman menghadapi tantangan, dengan tingkat resiliensi yang bergerak dari fase adaptasi awal menuju fase kemandirian yang lebih matang. Kedua, resiliensi pada mahasiswa yang merantau dipengaruhi oleh faktor internal yang meliputi regulasi emosi, optimisme, efikasi diri, konsep diri positif, dan *self-compassion*, serta faktor eksternal yang meliputi dukungan sosial dari keluarga, teman sebaya, lingkungan akademik, dan komunitas keagamaan atau budaya. Ketiga, peningkatan resiliensi pada mahasiswa yang merantau dapat dicapai melalui kombinasi strategi personal berupa pelatihan pengelolaan stres, pengembangan efikasi diri, dan penguatan kemampuan berpikir positif, yang didukung oleh strategi institusional berupa penyediaan kelompok dukungan sebaya, layanan konseling kampus yang aktif, dan fasilitasi keterlibatan dalam komunitas yang suportif. Temuan ini menegaskan bahwa resiliensi bukanlah sifat bawaan tetapi kemampuan yang dapat dikembangkan dan diperkuat melalui strategi yang tepat.

DAFTAR PUSTAKA

Abdillah, M. N., Suroso, & Arifiana, I. Y. (2023). Resiliensi akademik pada mahasiswa perantau: Bagaimana peranan dukungan sosial teman sebaya? *INNER: Journal of Psychological Research*, 3(3), 451-459.

Adisyah, S. R., Satiadarma, M. P., & Subroto, U. (2025). Hubungan antara self-compassion dan resiliensi pada mahasiswa perantau tingkat akhir. *AKADEMIK: Jurnal Mahasiswa Humanis*, 5(1), 257-272.

Afiffah, N. P., & Wardani, I. Y. (2023). Hubungan resiliensi akademik dengan stres, kecemasan dan depresi remaja SMA di masa pandemi covid-19. *Jurnal Pendidikan dan Profesi Pendidik Nusantara Indonesia*, 8(1), 41-50.

Andjani, A. D., Aziz, F., Ferdiana, R., Lepi, H. A., Aziz, N. N., & Hikam, Z. M. (2025). Perbedaan karakter motivasi mahasiswa rantau dengan mahasiswa nonrantau pada Program Studi Pendidikan Bisnis. *Jurnal Sosial Humaniora Sigli (JSH)*, 8(1), 43-54.

Anggraeni, A. D., & Hidayati, D. S. (2024). Dukungan sosial teman sebaya dan resiliensi dengan stres akademik pada mahasiswa rantau tahun pertama. *Cognicia*, 12(1), 15-24. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v12i1.29740>

Angraini, U. Y., & Rahardjo, W. (2023). Psychological well-being mahasiswa rantau: Peran resilience dan optimisme. *Psycho Idea*, 21(2), 166-176.

Anriani, T., & Nasution, K. (2024). Adaptasi mahasiswa perantau di Kota Yogyakarta: Perspektif teori konstruksi sosial Peter L. Berger. *Huma: Jurnal Sosiologi*, 3(2), 168-177. <https://doi.org/10.20527/hjs.v3i2.226>

Dellafrinida, A., & Harsono, Y. T. (2022). Hubungan antara self-compassion dengan resiliensi pada mahasiswa Timur di Kota Malang. *Prosiding Seminar Nasional dan Call for Paper Psikologi dan Ilmu Humaniora (SENAPIH 2022)*, 50-61.

Duanaeva, S., Berdibayeva, S., Garber, A., Baizhumanova, B., & Adilova, E. (2023). Cross-cultural study of resilience, stress, and coping behavior as prerequisites for the success of international students. *The Open Psychology Journal*, 16, 1-13. <https://doi.org/10.2174/18743501-v16-230616-2023-34>

Efendi, P. A. N., Anwar, H., & Akmal, N. (2023). The effect of social support on academic resilience to students who are working on thesis. *ARRUS Journal of Social Sciences and Humanities*, 3(6), 729-740. <https://doi.org/10.35877/soshum2194>

Fadilah, H., & Aulia, E. N. (2023). Korelasi dukungan sosial teman sebaya terhadap resiliensi mahasiswa perantau pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam UIN Antasari Banjarmasin. *Al-Kamilah: Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam*, 24-37.

Hadadi, E. A., & Sarajar, D. K. (2025). Peran dukungan teman sebaya terhadap resiliensi terhadap akademik mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi. *G-COUNS: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(3), 1684-1699. <https://doi.org/10.31316/g-couns.v9i3.7568>

Harahap, A. C. P., Harahap, S. R., & Harahap, D. P. (2020). Gambaran resiliensi akademik mahasiswa pada masa pandemi covid-19. *AL-Irsyad: Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 10(2), 240-246.

Hartati, N., & Rahmandani, A. (2022). Hubungan antara konsep diri dengan resiliensi pada mahasiswa perantau Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 11(4), 251-259.

Hasibuan, M., Astuti, W., & Hafnidari. (2024). Gambaran resiliensi akademik pada mahasiswa Universitas Malikussaleh. *INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 102-108.

Herdi, & Ristianingsih, F. (2021). Perbedaan resiliensi mahasiswa rantau ditinjau berdasarkan gegar budaya. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 10(1), 30-40.

Irwan, Supraja, M., & Zubaidi, A. (2016). Dinamika aktualisasi diri pemuda rantau dan implikasinya terhadap ketahanan pribadi (Studi pada mahasiswa rantau asal Sumatra Barat di Asrama Putri Bundo Kanduang Daerah Istimewa Yogyakarta). *Jurnal Ketahanan Nasional*, 22(3), 306-320.

Juliantika, R. D., & Darmawanti, I. (2024). The relationship between culture shock and self-resilience in primary level students outside Java. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 11(02), 828-843. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v11n2.p828-843>

Kelly, E. (2025). Kontribusi pola asuh terhadap tingkat resiliensi akademik mahasiswa di era digital. *Sultan Idris Journal of Psychology and Education*, 4(2), 121-135.

Lestarina, N. N. W., & Purwantini, D. (2023). Gambaran proses adaptasi mahasiswa baru Stikes di Surabaya. *MAHESA: Mahayati Health Student Journal*, 3(3), 761-769. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i3.9971>

Maharani, N. A., Muntafi, M. S., & Malikah. (2024). Gambaran resiliensi pada mahasiswa rantau tingkat akhir di Kota Malang dan Surabaya. *Proceedings of PsychoNutrition Student Summit*, 1(1), 22-33. <https://proceedings.uinsa.ac.id/index.php/PINUSS>

Mirza, R., Hutagalung, M. U., Silalahi, L., Petrisely, W., Elvinawanty, R., & Hafni, M. (2024). Resiliensi ditinjau dari regulasi emosi pada mahasiswa perantauan. *Jurnal Diversita*, 10(1), 143-155. <https://doi.org/10.31289/diversita.v10i1.9040>

Ningsih, Y. R., & Astuti, K. (2024). Dukungan sosial teman sebaya dan resiliensi akademik pada mahasiswa rantau di Yogyakarta yang sedang mengerjakan skripsi. In *Prosiding Seminar Nasional 2024 Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta*, 347-355.

Nurpriyarni, K. A., & Yusuf, M. F. (2025). Pengaruh optimisme dan efikasi diri terhadap resiliensi mahasiswa rantau luar Pulau Jawa di UIN Salatiga. *INQUIRY: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 16(1), 47-62.

Pakau, E. V., & Huwae, A. (2022). Hubungan antara social support dengan resiliensi pada mahasiswa rantau penyintas COVID-19. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 11(6), 502-510. <https://doi.org/10.33221/jikm.v11i06.1813>

Pangkalan Data Pendidikan Tinggi. (2024). *Yuk cari tau tentang statistik perguruan tinggi di Indonesia*. Diunggah dari <https://pddikti.kemdiktisaintek.go.id/statistik?tab=mahasiswa>

Pinasthika, T. D., & Ambarwati, K. D. (2024). Surviving academic difficulties: Spirituality and its relationship to resilience in migrating final-year students. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 12(3), 398-404. <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v12i3.14992>

Purnamasari, L. N., & Satwika, Y. W. (2024). Resiliensi mahasiswa rantau di Kota Surabaya yang mendapatkan dukungan sosial dari komunitas Kristen. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 11(02), 905-921. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v11n2.p905-921>

Qomarudin, A. (2021). Hilangnya kesadaran diri mahasiswa untuk kuliah (konsep conscientizacao (kesadaran) sebagai tujuan pendidikan Paulo Freire). *PENSA: Jurnal Pendidikan dan Ilmu Sosial*, 3(1), 1-13.

Qudri, T., Ulfa, F., Susanti, R., & Agustin, L. (2025). Perceived social support and academic buoyancy: Studi korelasi pada mahasiswa rantau. *Global Perspectives in Education Journal*, 1(2), 23-37. <https://doi.org/10.64008/gpej.v1i2.17>

Qumairi, I., Putri, A. M., & Harkina, P. (2021). Pengaruh resiliensi dan status rantau terhadap college student subjective well-being pada mahasiswa. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam*, 18(2), 317-329. <https://doi.org/10.18860/psikoislamika.v18i2.13051>

Ramadhani, A., & Nur, H. (2025). Peran resiliensi dalam pengembangan diri remaja: Studi literatur. *Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, 2(9), 122-133. <https://doi.org/10.5281/zenodo.15303271>

Ratnasari, R., & Dinni, S. M. (2023). Self compassion dan dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi anak bungsu yang merantau. *Jurnal Diversita*, 9(1), 51-58. <https://doi.org/10.31289/diversita.v9i1.7337>

Reivich, K., & Shatté, A. (2002). *The resilience factor: 7 keys to finding your inner strength and overcoming life's hurdles*. Three Rivers Press.

Ridayana, W., Putri, D. G. P., & Fazny, B. Y. (2023). Resiliensi mahasiswa rantau Suku Melayu Borneo pada asrama mahasiswa di Pontianak. In *International Conference of Issues in Multicultural Counseling*, 1-24.

Rikumahu, M. C. E., & Rahayu, M. N. M. (2022). Resiliensi akademik pada mahasiswa: Bagaimana kaitannya dengan optimisme selama masa pembelajaran daring? *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(3), 575-584. <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i3>

Sabbilla, A., & Subroto, U. (2024). Penyesuaian diri mahasiswa perantau dengan latar belakang perceraian orangtua. *Didaktik: Jurnal Ilmiah PGSD FKIP Universitas Mandiri*, 10(4), 308-315.

Safitri, L., & Arswimba, B. A. (2024). Perbedaan tingkat resiliensi diri mahasiswa rantau dari Suku Batak di Universitas Sanata Dharma ditinjau dari jenis kelamin. *Edukasi Elita: Jurnal Inovasi Pendidikan*, 1(4), 12-23. <https://doi.org/10.62383/edukasi.v1i3.602>

Said, A. A., Rahmawati, A., & Supraba, D. (2021). Hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi akademik pada mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 16(1), 32-44. <https://doi.org/10.26905/jpt.v16i1.7710>

Salgado, A. B., Salgado, J. J. R. C. M., Mathew, S. M., Razak, A. A., Hussain, S., & Fatima, W. (2024). Mental health and resilience of migrant university students in the United Arab Emirates. *New Emirates Medical Journal*, 5, 1-11. <https://doi.org/10.2174/0102506882322935241009111303>

Salim, F., & Fakhrurrozi, M. (2020). Efikasi diri akademik dan resiliensi pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 14(2), 175-186. <http://dx.doi.org/10.24014/jp.v14i2.9718>

Shodiq, F., & Faruq. (2025). Membangun resiliensi akademik mahasiswa rantau: Tinjauan sistematis terhadap faktor-faktor yang memengaruhi. In *National Conference on Research and Proceedings SISI*

Indonesia (NCR-PRO SINESIA 2025) & National Conference on Community Service and Proceedings SISI Indonesia (NC2S-PRO SINESIA 2025), 59-75.

Siburian, I. S., & Siburian, H. H. (2023). Meningkatkan resiliensi akademik mahasiswa dalam menghadapi stres akademik melalui afirmasi positif. *Immanuel: Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristen*, 4(2), 338-353. <https://doi.org/10.46305/im.v4i2.234>

Silviana. (2024). Peran tawakal dan dukungan keluarga pada mahasiswa rantau dalam menghadapi tekanan akademik. *Jurnal Psikologi Islam*, 11(2), 76-85. <https://doi.org/10.47399/jpi.v11i2.296>

Supriyati. (2023). Pengaruh dukungan sosial dan harga diri terhadap resiliensi mahasiswa perantau. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 5(1), 15-21.

Torraco, R. J. (2005). Writing integrative literature reviews: Guidelines and examples. *Human Resource Development Review*, 4(3), 356-367. <https://doi.org/10.1177/1534484305278283>

Vikriani, A., Wilson, & Alvi, R. R. (2023). Pengaruh aspirasi terhadap resiliensi akademik mahasiswa rantau Program Studi Pendidikan Masyarakat Universitas Riau. *INNOVATIVE: Journal of Social Science Research*, 3(4), 1276-1286.

Whittemore, R., & Knafl, K. (2005). The integrative review: Updated methodology. *Journal of Advanced Nursing*, 52(5), 546-553. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2005.03621.x>

Wulandari, W., & Kumalasari, D. (2022). Resiliensi akademik pada mahasiswa: Bagaimana kaitannya dengan dukungan dosen? *Jurnal Psikologi Malahayati*, 4(1), 19-30.