

GAMBARAN KUALITAS ACADEMIC RESILIENCE PADA MAHASISWA BARU DALAM MENGHADAPI TANTANGAN EARLY ADULTHOOD DI KOTA MAKASSAR

Farah Fadilah Hasyim^{1*}, Rismawati^{2*}

^{1,2}Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sains Indonesia
email: farah.fadillah@lecturer.sains.ac.id

Abstrak

Fase dewasa awal merupakan tahap mempersiapkan diri menuju masa depan, sehingga individu kerap dihadapkan pada berbagai tantangan, khususnya mereka yang memilih untuk menjadi mahasiswa karena melanjutkan pendidikan ke jenjang lebih tinggi sebagai upaya memperluas peluang untuk mewujudkan keberhasilan. Ketika individu tidak punya keterampilan untuk bertahan dalam melewati hambatan akademik (academic resilience), maka dapat berdampak pada produktivitas dan kesejahteraan diri. Penelitian ini bermaksud untuk mengetahui gambaran kualitas academic resilience pada mahasiswa baru dalam menghadapi tantangan early adulthood. Studi ini memakai pendekatan kuantitatif deskriptif dengan subjek kajian berupa mahasiswa baru (S1) di Kota Makassar. Hasil kajian memperlihatkan bahwa mahasiswa baru dalam menghadapi tantangan tahap dewasa muda seperti menghadapi tanggung jawab baru sebagai mahasiswa cenderung memiliki kualitas academic resilience yang belum stabil. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki kemampuan untuk beradaptasi, tetapi belum sepenuhnya mampu mempertahankan ketekunan, refleksi adaptif, dan pengelolaan emosi secara stabil ketika menghadapi tekanan akademik. Ini menunjukkan bahwa diperlukan peningkatan faktor perlindungan baik dari segi individu maupun institusi.

Kata Kunci: Resiliensi Akademik, Tahap Dewasa Awal, Mahasiswa

Abstract

Early adulthood is a stage of preparing for the future, so individuals are often faced with various challenges, especially those who choose to continue their education to a higher level in an effort to expand their opportunities for success. When individuals lack the skills to persevere through academic obstacles (academic resilience), it can have an impact on their productivity and well-being. This study aims to determine the quality of academic resilience in new students in facing the challenges of early adulthood. This study uses a descriptive quantitative approach with the subject of study being new students (undergraduate) in Makassar City. The results of the study show that new students in facing the challenges of early adulthood, such as facing new responsibilities as students, tend to have unstable academic resilience. This shows that students can adapt, but are not yet fully able to maintain perseverance, adaptive reflection, and stable emotional management under academic pressure. This indicates that there is a need to improve protective factors both individually and institutionally.

Keywords: Academic Resilience, Early Adulthood, College Students

PENDAHULUAN

Setiap tahap pertumbuhan kehidupan manusia memiliki tugas yang harus dikerjakan agar seseorang bisa berkembang dengan baik dan maksimal. Menurut John W. Santrock (2018) menjelaskan bahwa setiap tahap kehidupan memiliki tugas perkembangan tertentu, dan jika tugas tersebut tidak tercapai, dapat menghambat proses perkembangan di tahap berikutnya. Salah satu tahap yang paling rumit dan sering dibahas dalam studi psikologi perkembangan adalah masa dewasa awal, yaitu periode transisi dari masa remaja ke dewasa. Tahap ini ditandai oleh upaya mengeksplorasi identitas diri, mencapai kemandirian, serta menyesuaikan diri dengan peran sosial baru (Tanner dkk., 2008).

Mahasiswa baru biasanya berada dalam rentang usia ini. Pada tahap ini, seseorang mulai menghadapi kebutuhan untuk mandiri secara emosional, sosial, dan akademik. Masuk ke perguruan tinggi bukan hanya mengalami perubahan lingkungan belajar, tetapi juga menghadapi perubahan dalam peran dan tanggung jawab. Menurut Elizabeth B. Hurlock (2004) menyebutkan bahwa masa awal dewasa ditandai dengan kebutuhan untuk memperkuat identitas diri, memilih jalur karier, serta membangun komitmen terhadap tujuan hidup. Sebab itu, mahasiswa baru tidak hanya memperhadapkan diri dengan tuntutan akademik yang rumit, tetapi juga menghadapi tantangan perkembangan yang khas pada masa awal dewasa.

Pada konteks akademik, mereka sering kali mengalami kesulitan dalam beradaptasi, seperti kemampuan mengelola waktu yang belum cukup baik, tugas yang semakin berat, metode belajar yang berbeda dibandingkan tingkat sebelumnya, hingga tekanan untuk meraih prestasi yang baik. Kondisi ini bisa menyebabkan stres dalam belajar, rasa gugup, hingga menurunnya semangat belajar. Banyak mahasiswa yang mengalami pengulangan mata kuliah, kesulitan memahami materi perkuliahan, atau merasa tidak mampu mencapai standar akademik yang diharapkan.

Situasi tersebut menunjukkan bahwa proses berpindah ke dunia perguruan tinggi adalah masa yang cukup rentan. Agar bisa bertahan dan tetap bekerja dengan baik di tengah tekanan akademik, mahasiswa perlu memiliki kemampuan resiliensi akademik. Resiliensi akademik adalah kemampuan seseorang untuk tetap kuat, berusaha menyesuaikan diri, dan kembali bangkit ketika menghadapi tantangan atau masalah dalam belajar.

Konsep ini dikembangkan secara sistematis oleh Andrew J. Martin dan Herbert W. Marsh (2006) yang menjelaskan bahwa ketangguhan akademik mencakup beberapa aspek, yaitu ketekunan dalam menghadapi tantangan, kemampuan mengelola emosi negatif, serta kemampuan untuk merefleksikan diri dan mencari bantuan secara fleksibel sesuai dengan situasi yang dihadapi. Mahasiswa yang memiliki tingkat resiliensi akademik yang baik biasanya mampu melihat kegagalan sebagai bagian dari proses belajar, tetap semangat dalam mewujudkan tujuan akademik, dan bisa mengatasi stres secara positif. Sebaliknya, mahasiswa yang resiliensi akademiknya rendah cenderung merespons dengan cara yang tidak sehat, seperti mudah menyerah, menunda tugas, merasa rendah diri, hingga mengalami tekanan mental yang berkepanjangan.

Tahap dewasa awal (early adulthood) sebagai tahap penuh tantangan yang menuntut individu untuk bisa mandiri dalam segala aspek, seperti finansial serta bertanggungjawab terhadap setiap pengambilan keputusan terkait masa depan serta mandiri dalam menghadapi tantangan ketidakpastian masa depan (Hasyim dkk, 2024). Kondisi ini menarik perhatian serius karena berbagai penelitian menunjukkan adanya peningkatan masalah kesehatan mental di kalangan usia 18–25 tahun, yang merupakan rentang usia yang paling banyak dijalani oleh mahasiswa baru. Dengan itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian deskriptif terkait kualitas academic resilience pada mahasiswa baru dalam menghadapi tantangan usia dewasa muda (early adulthood) sebagai tahap penting untuk mempersiapkan serta merintis karir dan pekerjaan di masa depan.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian deskriptif non-eksperimental. Desain deskriptif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat ketahanan akademik mahasiswa baru dalam menghadapi tantangan-tantangan pada masa awal dewasa, tanpa bertujuan untuk menguji hubungan antarvariabel atau melakukan pengemasan perlakuan tertentu. Pendekatan ini memungkinkan peneliti mendapatkan gambaran nyata mengenai tingkat kemampuan untuk bangkit secara akademik, berdasarkan penyebaran skor yang diperoleh peserta.

Partisipan

Peserta penelitian ini adalah mahasiswa baru program Sarjana (S1) di Kota Makassar yang berusia dewasa awal, yaitu sekitar 18 hingga 22 tahun. Kriteria untuk masuk dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang sedang duduk di tahun pertama studi dan bersedia menjadi responden dalam penelitian tersebut.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah non-probability sampling, dengan pendekatan convenience sampling, di mana peserta dipilih berdasarkan kemudahan akses serta kesediaan mereka untuk terlibat dalam penelitian (Gravetter & Forzano, 2009). Teknik ini digunakan karena tidak semua mahasiswa baru di Kota Makassar bisa diakses secara lengkap.

Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan satu alat pengukur utama, yaitu Skala Resiliensi Akademik-30 (ARS-30) yang dikembangkan oleh Andrew J. Martin dan Herbert W. Marsh. Instrumen ini telah diadaptasi sesuai dengan konteks Indonesia oleh Kumalasari dan Luthfiyanni pada tahun 2020. Skala ini menggunakan format respons Likert dengan lima opsi jawaban yang menunjukkan sejauh mana responden setuju atau tidak setuju dengan pernyataan yang diberikan. ARS-30 terdiri dari 30 butir soal yang mengukur tiga dimensi utama keberlanjutan akademik, yaitu:

1. Perseverance (Ketekunan)
2. Reflecting and Adaptive Help-Seeking (Refleksi dan Pencarian Bantuan Adaptif)

3. Negative Affect and Emotional Response (Respons Afektif dan Emosi Negatif)

Berdasarkan hasil uji reliabilitas dari penelitian adaptasi sebelumnya, instrumen ARS-30 menunjukkan koefisien reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar 0,891, yang menandakan adanya konsistensi internal yang sangat baik (Kaplan & Sacuzzo, 2008). Nilai korelasi item-total (Corrected Item-Total Correlation/CRIT) berada dalam rentang yang dapat diterima, sehingga instrumen ini dianggap layak digunakan untuk mengukur resiliensi akademik. Prosedur penelitian.

Pengumpulan data dilakukan dengan mendistribusikan kuesioner secara daring atau luring kepada mahasiswa baru yang memenuhi kriteria penelitian. Sebelum mengisi kuesioner, peserta diberi penjelasan mengenai tujuan penelitian dan janji kerahasiaan data yang akan dijaga. Partisipasi dilakukan secara sukarela dan didasarkan atas persetujuan (informed consent) dari responden.

Teknik Analisis Data

Analisis data dilakukan dengan menggunakan perangkat lunak IBM SPSS Statistics versi 25. Teknik analisis yang digunakan adalah statistik deskriptif, yaitu: 1) Nilai minimum dan maksimum; 2) Mean dan standar deviasi; 3) Distribusi frekuensi; 4) Kategorisasi tingkat ketangguhan akademik (rendah, sedang, tinggi) didasarkan pada norma atau distribusi skor yang diperoleh. Analisis deskriptif ini bertujuan untuk memberikan gambaran umum tentang tingkat kemampuan akademik dalam menghadapi tantangan perkembangan masa remaja awal di Kota Makassar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Penelitian

Penelitian ini melibatkan 84 partisipan yang berstatus mahasiswa baru di Kota Makassar. Berdasarkan data demografi, sebagian besar peserta adalah laki-laki yang berjumlah 54 orang, sementara peserta perempuan berjumlah 32 orang. Rata-rata usia partisipan adalah 19 tahun ($SD = 0,75$), yang menunjukkan bahwa semua responden berada dalam rentang usia awal dewasa dan sesuai dengan karakteristik mahasiswa semester pertama.

Tabel 1. Karakteristik Partisipan

Variabel	n (%)
Usia ($M \pm SD$)	19 $\pm$ 0,75
Jenis Kelamin	
Laki-laki	54 (54%)
Perempuan	32 (34%)
Total	86 (100%)

Gambaran Academic Resilience Partisipan

Berikut hasil analisis data berupa gambaran penormaan academic resilience pada partisipan yang berjumlah 86 orang. Analisis deskriptif dilakukan agar dapat memahami bagaimana tingkat resilience akademik tersebar di antara mahasiswa baru. Kategorisasi dilakukan dalam tiga tingkatan, yaitu rendah, sedang, dan tinggi.

Tabel 2. Kategorisasi Academic Resilience

		Frequency	Percent
Valid	Rendah	7	7.0
	Sedang	77	77.0
	Tinggi	16	16.0
	Total	86	100.0

Hasilnya menunjukkan bahwa sebagian besar peserta berada dalam kategori sedang, yaitu 66 mahasiswa (77%). Selanjutnya, ada 14 mahasiswa (16%) yang termasuk dalam kategori tinggi, dan 6 mahasiswa (7%) yang berada dalam kategori rendah. Mengacu pada Tabel 2 hasil kategorisasi academic resilience di atas, mayoritas partisipan memiliki tingkat academic resilience yang sedang (77% dari 100%) dan cenderung 'tinggi' (16% dari 100%). Artinya, Hal ini mengindikasikan bahwa mahasiswa telah memiliki kapasitas adaptif yang cukup baik dalam menghadapi tekanan akademik

pada fase early adulthood, meskipun kemampuan tersebut belum sepenuhnya stabil atau optimal pada seluruh dimensi resiliensi akademik.

Analisis Deskriptif Per Dimensi Academic Resilience

Analisis deskriptif dilakukan terhadap tiga dimensi dalam Academic Resilience Scale-30 (ARS-30), yaitu Perseverance, Reflecting and Adaptive Help-Seeking, serta Negative Affect and Emotional Response. Hasil analisis disajikan pada Tabel 3 berikut.

Tabel 3. Statistik Deskriptif Per-Dimensi Academic Resilience

Dimensi	N	Mean	SD
Perseverance	86	50.28	9.99
Reflecting & Adaptive Help-Seeking	86	33.03	20.36
Negative Affect & Emotional Response	86	26.30	8.70

Berdasarkan nilai rata-rata, dimensi yang memiliki skor tertinggi adalah Perseverance (ketekunan) dengan nilai rata-rata 50.28 dan standar deviasi 9.99. Ini menunjukkan bahwa sikap tekun adalah faktor utama dalam meningkatkan ketahanan akademik mahasiswa baru. Mahasiswa biasanya memiliki semangat yang kuat untuk terus berjuang, menjaga komitmen terhadap studi mereka, dan tidak mudah menyerah saat menghadapi tantangan selama masa kuliah.

Dimensi kedua dengan skor rata-rata terbesar adalah Reflecting and Adaptive Help-Seeking atau mencerminkan dan mencari bantuan secara adaptif ($M = 33.03$, $SD = 20.36$). Temuan tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa mampu mengenali kesulitan dalam belajar dan berusaha mencari bantuan ketika mereka membutuhkannya. Namun, standar deviasi yang cukup besar ($SD = 20.36$) menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antar mahasiswa dalam kemampuan mereka untuk merefleksikan diri dan mencari bantuan adaptif. Artinya, ada beberapa mahasiswa yang sudah sangat terbiasa dan aktif dalam mencari bantuan akademik, tetapi juga masih ada yang belum begitu terbiasa dan cenderung pasif.

Sementara itu, dimensi yang memiliki skor rata-rata terendah adalah Negative Affect and Emotional Response ($M = 26.30$, $SD = 8.70$). Hal ini menunjukkan bahwa mengelola emosi negatif masih tergolong aspek yang kurang kuat dibandingkan dua aspek lainnya. Mahasiswa baru sering merasa gelisah, merasa tidak percaya diri, atau merasa tersiksa ketika menghadapi tekanan dari tugas akademik.

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk menjabarkan tingkat kekuatan akademik mahasiswa baru dalam menghadapi berbagai tantangan yang terjadi pada masa awal kehidupan dewasa di Kota Makassar. Hasil menunjukkan sebagian besar peserta berada dalam kategori sedang, yaitu sebesar 78,6%, sementara sebagian kecil berada dalam kategori tinggi (14,3%) dan kategori rendah (7,1%). Temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa baru memiliki kemampuan untuk beradaptasi menghadapi tekanan akademik, tetapi belum cukup kuat untuk selalu menjaga respons yang sama setiap kali menghadapi kesulitan.

Berdasarkan kerangka teori ketahanan akademik yang dikembangkan oleh Andrew J. Martin dan Herbert W (2006), resiliensi akademik menunjukkan kemampuan seseorang untuk tetap menjaga semangat, konsistensi, kontrol diri, dan kestabilan emosi meskipun menghadapi tantangan dalam belajar. Kerja keras akademik bukan hanya kemampuan untuk bertahan, tetapi juga kemampuan untuk merespons kegagalan dengan cara adaptif dan konstruktif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa baru sudah memiliki dasar faktor-faktor yang bisa melindungi mereka, tetapi belum sepenuhnya mampu mempraktikkan strategi mengatasi masalah secara matang.

Temuan ini sesuai dengan penelitian Harahap dkk. (2020) yang menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa berada pada tingkat resiliensi yang sedang dan masih memiliki kecenderungan untuk menilai diri secara negatif serta merasa lelah secara mental ketika menghadapi tekanan akademik. Studi lain yang dilakukan oleh Sholichah dkk. (2018) juga menunjukkan bahwa tingkat resiliensi akademik mahasiswa umumnya berada pada kisaran moderat, khususnya bagi mahasiswa yang sedang melalui masa transisi pendidikan. Konsistensi hasil penemuan ini memperkuat keyakinan bahwa masa awal mengikuti perkuliahan merupakan masa yang rentan terhadap proses adaptasi.

Jika dilihat dari aspek perseverance, skor yang diperoleh menunjukkan nilai tertinggi ($M = 50,28$). Ini menunjukkan bahwa mahasiswa baru secara umum memiliki semangat untuk terus berupaya dan mempertahankan komitmen terhadap studinya. Dalam model Martin dan Marsh, dimensi

ini terkait dengan komitmen dan keyakinan diri, yang berfungsi sebagai faktor pelindung utama dalam menjaga kinerja akademik. Temuan ini sesuai dengan penelitian Martin (2013) yang menunjukkan bahwa komitmen akademik dan rasa percaya diri memainkan peran penting dalam kemampuan seseorang menghadapi kegagalan.

Dimensi Refleksi dan Pencarian Bantuan berada pada urutan kedua dengan variasi skor yang cukup tinggi ($SD = 20,36$), yang menunjukkan perbedaan signifikan dalam kemampuan refleksi dan pencarian bantuan di antara para mahasiswa. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa cara mahasiswa baru mencari bantuan sering dipengaruhi oleh tingkat kepercayaan diri mereka, persepsi terhadap stigma, serta kualitas hubungan dengan dosen atau teman sebaya. Oleh karena itu, perbedaan yang signifikan pada dimensi ini dapat menunjukkan tingkat kesiapan sosial-emosional mahasiswa dalam beradaptasi dengan lingkungan akademik baru.

Sementara itu, dimensi Negative Affect and Emotional Response menunjukkan skor rata-rata yang paling rendah ($M = 26,30$), yang menandakan bahwa kemampuan mengatur emosi masih merupakan aspek yang relatif kurang kuat. Dalam kerangka kerja Martin dan Marsh, aspek ini terkait dengan kemampuan mengendalikan kecemasan dan mempertahankan ketenangan emosional saat menghadapi kegagalan. Temuan ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa orang dalam fase awal dewasa masih dalam proses memperkuat kemampuan mengatur perasaan mereka.

Menurut Jeffrey Jensen Arnett, fase emerging adulthood ditandai dengan usaha mencari dan memahami identitas diri, perasaan tidak stabil, serta rasa bahwa seseorang masih berada di antara masa remaja dan masa dewasa. Kondisi ini membuat seseorang lebih mudah mengalami stres dalam belajar dan merasa tidak yakin tentang masa depannya. Berubah menjadi mahasiswa baru melibatkan perubahan dalam cara belajar, peningkatan kebutuhan akan kemandirian, serta standar prestasi yang lebih tinggi. Oleh karena itu, meskipun para mahasiswa menunjukkan ketekunan yang baik, fluktuasi emosi dan kecemasan tetap terjadi sebagai bagian dari respons terhadap perkembangan yang normal.

Secara empiris, temuan ini juga sesuai dengan berbagai penelitian internasional yang menunjukkan bahwa mahasiswa semester pertama cenderung mengalami tingkat stres akademik yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa di semester akhir, khususnya karena faktor-faktor adaptasi lingkungan dan proses pembentukan identitas akademik mereka. Dengan demikian, tingkat ketahanan akademik yang berada dalam kategori sedang dapat diartikan sebagai bentuk refleksi dari proses adaptasi dan perkembangan yang masih berlangsung.

Secara konseptual, hasil penelitian ini memperkuat model multidimensi Martin dan Marsh, di mana ketahanan bukanlah sesuatu yang bersifat tunggal, melainkan terdiri dari beberapa komponen seperti motivasional, kognitif, dan emosional yang berkembang secara dinamis. Mahasiswa baru di Kota Makassar memiliki motivasi yang cukup kuat dan ketekunan yang baik, namun mereka masih perlu meningkatkan kemampuan mengelola emosi serta konsistensi dalam menerapkan strategi adaptasi.

Implikasinya, upaya yang dilakukan terhadap mahasiswa baru tidak hanya seharusnya berupa peningkatan motivasi belajar, tetapi juga harus mencakup pelatihan dalam mengelola emosi, pengembangan keyakinan diri, serta pembentukan lingkungan kampus yang memudahkan mahasiswa untuk mencari bantuan saat membutuhkan. Pendekatan ini sesuai dengan kerangka perlindungan dalam teori ketahanan akademik yang menekankan pentingnya menggabungkan faktor internal dan eksternal.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa baru berada dalam kategori resilience akademik yang sedang, yang menunjukkan bahwa mereka sudah memiliki kemampuan untuk beradaptasi menghadapi tekanan akademik, tetapi belum menunjukkan ketahanan yang stabil dalam merespons tantangan secara konsisten. Temuan ini menunjukkan bahwa masa beralih ke tingkat perguruan tinggi adalah masa yang penuh perubahan, sehingga membutuhkan penyesuaian di berbagai aspek, baik dalam hal akademik maupun aspek psikologis dan sosial.

Analisis berdasarkan dimensi skala Academic Resilience Scale-30 (ARS-30) menunjukkan bahwa aspek ketekunan menjadi kekuatan utama bagi mahasiswa baru, yang terlihat dari kemampuan mereka untuk terus berupaya dan menjaga komitmen terhadap studi mereka. Ini sesuai dengan kerangka teori yang telah dikembangkan oleh Andrew J. Martin dan Herbert W. Marsh menekankan bahwa komitmen dan keyakinan diri merupakan dasar penting dalam membangun ketahanan akademik.

Namun, dimensi merenung dan mencari bantuan secara adaptif (Reflecting and Adaptive Help-Seeking) menunjukkan perbedaan yang cukup besar, menunjukkan adanya perbedaan tingkat kemampuan mahasiswa dalam merenungkan kesulitan dan mencari dukungan secara adaptif. Sementara itu, dimensi negatif affect and emotional response menjadi aspek yang lebih rentan, menunjukkan bahwa kemampuan mengatur emosi masih dalam tahap pematangan. Kondisi ini bisa dipahami dalam konteks fase emerging adulthood, seperti yang dijelaskan oleh Jeffrey Jensen Arnett, di mana seseorang masih sedang berusaha mengeksplorasi identitasnya dan menyesuaikan diri dengan berbagai tuntutan peran yang dimilikinya sebagai orang dewasa.

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini mendukung pendapat bahwa ketahanan akademik memiliki berbagai aspek dan terus berkembang seiring kemampuan mahasiswa untuk beradaptasi dengan lingkungan kampus. Oleh karena itu, memperkuat ketahanan akademik (academic resilience) mahasiswa baru tidak hanya berfokus pada aspek ketekunan akademik, tetapi juga melibatkan pengembangan kemampuan mengelola emosi serta budaya meminta bantuan yang mendukung di lingkungan kampus.

DAFTAR PUSTAKA

- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480.
- Gravetter, F. J., & Forzano, L. B. (2009). *Research methods for psychology*. Australia: Cengage Learning.
- Hasyim FF, Setyowibowo H, Purba FD. (2024). Factors Contributing to Quarter Life Crisis on Early Adulthood: A Systematic Literature Review. *Psychological Research Behavior Management*, 3;17:1-12. doi: 10.2147/PRBM.S438866. PMID: 38192273; PMCID: PMC10771792.
- Harahap, A. C., Harahap, S. R., & Harahap, D. P. (2020). Gambaran Resiliensi Akademik Mahasiswa pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 240-246.
- Hurlock, E. B. (2004). *Developmental Psychology*. Jakarta: Erlangga.
- Kaplan, R.M dan Saccuzzo, D.P. (2005). *Psychological Testing Principles, Application and Issue*. Sixth Edition. USA: Wadsworth.
- Kumalasari, D., & Zakiah, S. A. (2020). Resiliensi akademik dan kepuasan belajar daring di masa pandemic covid-19: Peran mediasi kesiapan belajar daring. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 2, 353-368.
- Martin, A. J. (2013). Academic buoyancy and academic resilience: Exploring ‘everyday’ and ‘classic’ resilience in the face of academic adversity. *School Psychology International*, 34(5), 488–500. <https://doi.org/10.1177/0143034312472759>
- Martin, A. J., & Marsh, H. W. (2006). Academic resilience and its psychological and educational correlates: A construct validity approach. *Psychology in the Schools*, 43(3), 267–281. <https://doi.org/10.1002/pits.20149>
- Santrock, Jhon W. (2011). *Life – Span Development : Perkembangan Masa Hidup*, Edisi 13, Jilid II. Jakarta : Erlangga.
- Solichah, I. F., Paulana, A. N., & Fitriya, P. (2018). Resiliensi Akademik Mahasiswa. *Proceeding National Conference Psikologi*, 191-197.
- Tanner, J. L., Arnett, J. J., & Leis, J. A. (2008). Emerging adulthood: Learning and development during the first stage of adulthood. In M. C. Smith & N. DeFrates-Densch (Eds.), *Handbook of research on adult learning and development* (pp. 34–67). Routledge.