

Efek Moderasi Dukungan Sosial Dosen Pada Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Resiliensi Akademik Mahasiswa

Estalita Kelly^{1*}, Lailatuzzahro Al-Akhda Aulia², Margaretta Erna Setianingrum³

^{1,2}Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan

³Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga

E-mail korespondensi: ^{1*}esta.kelly@yudharta.ac.id

Keywords: *academic resilience, emotion regulation, lecturer social support*

Abstract

Students who face psychological problems such as stress are more likely to face problems in their academic performance. Excessive stress can affect students' academic performance. One of the problems is the lack of student academic resilience, which is the ability of students to survive various difficulties and adapt to these circumstances. Academic resilience is a dynamic developmental process involving external and internal protective factors that have an important role in contributing to academic adjustment and success. One of the internal protective factors is emotion regulation. While the external protective factor is lecturer social support. The study's goal was to find out whether teachers' social support moderates the impact of emotion regulation on academic resilience. The research methodology employs a quantitative, correlational approach. The participants were 366 students of Yudharta Pasuruan University. The research instruments used were adaptations of the academic resilience scale, social support scale, and adaptations of the emotion regulation scale. Data analysis using moderated regression analysis (MRA). The results referred that lecturer social support from proved to moderate the influence of emotion regulation on students' academic resilience. Students who have social support from their lecturers are more able to use good emotion regulation strategies, which in turn increases their ability to survive in difficult situations.

Kata kunci: *dukungan sosial dosen, regulasi emosi, resiliensi akademik,*

Abstrak

Masalah prestasi akademik lebih sering terjadi pada siswa yang mengalami masalah psikologis seperti stres. Stres yang berlebihan dapat memengaruhi prestasi akademik mahasiswa. Salah satu permasalahannya adalah kurangnya resiliensi akademik mahasiswa, yaitu kemampuan mahasiswa untuk bertahan dalam berbagai kesulitan dan beradaptasi keadaan tersebut. Resiliensi akademik adalah proses perkembangan dinamis yang melibatkan faktor

pelindung eksternal dan internal yang memiliki peranan penting dalam berkontribusi pada penyesuaian dan kesuksesan akademik. Salah satu faktor pelindung internal adalah regulasi emosi. Sedangkan faktor pelindung eksternal adalah dukungan sosial dosen. Penelitian ini bertujuan mengetahui apakah dukungan sosial dosen memoderasi pengaruh regulasi emosi terhadap resiliensi akademik. Metode penelitian adalah pendekatan kuantitatif dengan jenis korelasional. Subjek adalah mahasiswa Universitas Yudharta Pasuruan sebanyak 366 orang, diambil dengan teknik *simple random sampling*. Instrumen penelitian adalah adaptasi skala resiliensi akademik, skala dukungan sosial, dan adaptasi skala regulasi emosi. Analisis regresi moderasi (MRA) digunakan untuk menganalisis data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial dari dosen memperkuat pengaruh regulasi emosi terhadap resiliensi akademik siswa. Mahasiswa yang memiliki dukungan sosial dari dosen mereka lebih mampu menggunakan strategi regulasi emosi yang baik, yang pada gilirannya meningkatkan kemampuan mereka untuk bertahan dalam situasi sulit.

Sitasi: Kelly, E., Aulia, L. A., & Setianingrum, M. E. (2024). Efek Moderasi Dukungan Sosial Dosen Pada Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Resiliensi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 11(2), 389-401. <https://doi.org/10.35891/jip.v11i2.5630>

Pendahuluan

Secara umum, mahasiswa yang stabil secara fisik dan psikologis diharapkan berprestasi secara akademis dibandingkan dengan mahasiswa dengan masalah fisik, mental dan psikologis (Vedøy dkk., 2020). Masalah prestasi akademik lebih sering terjadi pada siswa yang mengalami masalah psikologis seperti stres. (Emmanuel dkk., 2014; Zhang dkk., 2024). Dalam situasi normal, stress sangat berguna bagi mahasiswa karena dapat membangun resiliensi, Namun stres berlebihan dapat memengaruhi prestasi akademik mahasiswa (Dafogianni dkk., 2022; Ofori & Lu, 2018).

Persepsi seseorang terhadap stres akademik diartikan sebagai mahasiswa yang menganggap tuntutan akademik yang diterima sebagai gangguan dan tidak dapat diatasinya. Seseorang menanggapi stres akademik mencakup reaksi fisik, emosi, perilaku, dan kognitif, serta frustrasi, konflik, tekanan, perubahan, dan pemaksaan diri.

Sebuah penelitian yang dilaksanakan oleh *American College Health Association* menemukan bahwa lebih kurang 32% dari mahasiswa menganggap stres akademik menyebabkan mereka tidak dapat menyelesaikan kelas (*drop out*) atau memiliki nilai yang lebih rendah. Sedangkan di Indonesia, tingkat stres akademik siswa berkisar antara 36,7-71,6% (Ambarwati dkk., 2019).

Kemampuan untuk bertahan dalam situasi tekanan tinggi yang dihadapi mahasiswa di sekolah disebut resiliensi akademik. Resiliensi akademik mengacu pada kemampuan mahasiswa untuk mempertahankan keinginan mereka untuk berhasil dan sukses di sekolah, meskipun ada faktor risiko yang menempatkan mereka dalam risiko untuk gagal dan keluar dari sistem pendidikan. Menurut Cassidy (2016), resiliensi akademik merupakan kemampuan seseorang untuk berprestasi lebih baik dalam pendidikan meskipun menghadapi tantangan. Lebih lanjut, resiliensi akademik dijelaskan sebagai kemampuan seseorang untuk bertahan dalam berbagai kesulitan yang dialami dan mampu beradaptasi dengan keadaan tersebut untuk mencapai keberhasilan yang optimal (Latif & Amirullah, 2020).

Resiliensi akademik adalah proses perkembangan dinamis yang melibatkan faktor pelindung eksternal dan internal yang memiliki peranan penting dalam berkontribusi pada penyesuaian dan kesuksesan akademik. Ini karena faktor pelindung dapat bertindak sebagai penyangga untuk mengimbangi suatu situasi ketika seorang mahasiswa sedang stress. Salah satu faktor pelindung internal adalah regulasi emosi. Sedangkan faktor pelindung eksternal adalah dukungan sosial dosen. Hafiz (2015) menekankan bahwa strategi regulasi emosi adalah alat penting untuk meningkatkan pembelajaran, prestasi, dan kualitas pendidikan.

Regulasi emosi yang efektif membantu siswa mengelola emosi mereka sehingga mereka dapat mengatasi tantangan dan memecahkan masalah, yang pada gilirannya dapat meningkatkan ketekunan mereka, terutama dalam tugas yang sulit. Menurut Sembiring & Tarigan (2022), regulasi emosi memiliki kontribusi sebesar 50,2% terhadap resiliensi akademik mahasiswa. Regulasi emosi berkorelasi positif yang sangat signifikan dengan resiliensi akademik. Annisa dkk., (2024) melaporkan bahwa regulasi emosi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap resiliensi akademik mahasiswa.

Penelitian ini mengkonfirmasi temuan Harjuna & Rinaldi (2022) yang menemukan adanya korelasi antara regulasi emosi dengan resiliensi akademik. Selain regulasi emosi, dukungan sosial dosen merupakan faktor eksternal yang memengaruhi resiliensi akademik.

Dukungan sosial dapat dikonseptualisasikan sebagai tiga aspek yang berbeda: (1) dukungan keluarga dapat didefinisikan sebagai pemberian perhatian emosional, material, atau tulus. (2) pemberian dukungan dari teman sebaya, yang mencakup pemberian bantuan dari individu yang memiliki pemahaman lebih mendalam tentang situasi dan keadaan yang terlibat, merupakan aspek penting lainnya. Terakhir, (3) dukungan dari orang-orang penting seperti guru/dosen, dalam bentuk bantuan emosional dan rasa memiliki, dapat menjadi sangat berharga (Zimet dkk., 1988).

Dukungan sosial dosen adalah dukungan yang diberikan oleh dosen yang mendorong orang saat mereka menghadapi masalah dengan memberikan bantuan dan informasi, yang berdampak positif pada orang yang menerimanya. Fatimah (2021) melaporkan bahwa dukungan sosial guru berpengaruh secara signifikan terhadap resiliensi akademik siswa di MTs Mualimin. Hasil yang sama ditunjukkan oleh Keo (2022) bahwa dukungan sosial guru berhubungan secara signifikan dengan resiliensi akademik siswa pada masa pandemi Covid-10 di Amfoang Tengah. Dukungan sosial dosen secara signifikan berpengaruh terhadap resiliensi akademik mahasiswa perantau (Linggi dkk., 2021; Hasanah dkk., 2024).

Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki apakah dukungan sosial dosen memoderasi pengaruh regulasi emosi terhadap resiliensi akademik mahasiswa. Hal ini dihipotesiskan bahwa (1) regulasi emosi memengaruhi resiliensi akademik, (2) dukungan sosial dosen memengaruhi resiliensi akademik, (3) dukungan sosial dosen memperparah besar kecilnya pengaruh regulasi emosi terhadap resiliensi akademik.

Metode

Penelitian dilakukan melalui pendekatan kuantitatif yang merupakan jenis penelitian korelasional. Identifikasi variabel penelitian adalah resiliensi akademik

sebagai variabel tergantung. Regulasi emosi adalah variabel bebas, sedangkan dukungan sosial dosen merupakan variabel moderator.

Populasi penelitian adalah mahasiswa aktif di Universitas Yudharta Pasuruan sebanyak 2600 orang. Sampel sebanyak 336 orang, diambil dengan teknik *simple random sampling*. Instrumen pengumpulan data menggunakan tiga skala dengan respons jawaban menggunakan skala Likert, dari sangat tidak sesuai (1) sampai sangat sesuai (5). Skala pertama adalah adaptasi skala resiliensi akademik yang terdiri dari 16 aitem dengan reliabilitas sebesar 0,895. Kedua, skala dukungan sosial dosen terdiri dari 25 aitem dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,938. Ketiga, adaptasi skala regulasi emosi terdiri dari 16 aitem dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,887. Analisis data dilakukan dengan teknik *moderated regression analysis (MRA)*.

Hasil

Berdasarkan Tabel 1 ditunjukkan bahwa subyek penelitian pada penelitian ini adalah mahasiswa semester II, IV, VI, dan VIII dengan dengan jumlah sebagaimana tampak pada tabel.

Tabel 1
Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Semester

Semester	Semester				Jumlah	Persentase
	II	IV	VI	VIII		
Jumlah	49	72	96	119	336	100%
Persentase	15%	21%	29%	35%	-	100%

Menurut Tabel 2 dijelaskan bahwa standar deviasi dari setiap variabel yang diamati memperlihatkan nilai yang lebih kecil dari nilai mean. Artinya data dari variabel regulasi emosi, resiliensi akademik dan dukungan sosial dosen telah terdistribusi secara konsisten di sekitar rata-rata.

Tabel 2
Deskripsi Data

	N	Minimum	Maximun	Mean	Std. Deviation
Dukungan sosial Dosen	336	25	125	87,79	17,889
Resiliensi akademik	336	16	80	56,51	11,435
Regulasi emosi	336	16	80	48,23	11,526
Valid N (listwise)	336				

Pengujian normalitas dengan menggunakan *Kolmogrov-Sminov* sebagaimana tampak pada Tabel 3. Nilai *Kolmogrov-Sminorv* 0,044 dan nilai *asyp.sig* 0,200 lebih besar dari 0,05, yang menunjukkan bahwa data terdistribusi dengan baik.

Tabel 3
Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov

		Standardized Residual
N		336
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	,99551232
Most Extreme Differences	Absolute	,044
	Positive	,044
	Negative	-,044
Test Statistic		,044
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 ^{c,d}

Pengujian multikolinieritas ditunjukkan pada Tabel 4, nilai VIF dari variabel regulasi emosi sebesar 1,323, variabel dukungan sosial dosen sebanyak 1,237, dan variabel interaksi sebesar 1,559 lebih rendah dari 10,00, menurut tabel 3, di mana nilai Tolerance untuk regulasi emosi sebesar 0,756, dukungan sosial dosen sebesar 0,808, dan variabel interaksi sebesar 0,641 lebih tinggi dari 0,10. Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada gejala multikolinieritas pada model regresi.

Tabel 4
Uji Multikolieritas

Model	Collinearity Statistics	
	Tolerance	VIF
1 Constant		
Regulasi Emosi	,756	1,323
Dukungan Sosial Dosen	,808	1,237
Interaksi	,641	1,559

Pengujian autokorelasi dilakukan dengan menggunakan Durbin-Watson. Tabel 5 menunjukkan bahwa nilai Durbin-Watson (DW) sebesar 1,844. Dengan melihat pada Tabel Durbin-Watson dengan $n = 336$ diperoleh nilai DU sebesar 1,764. Persyaratan tidak terjadi autokorelasi adalah $DU < DW < 4-DU$. Dari hasil perhitungan didapat yaitu $1,764 < 1,844 < 2,236$, demikian dapat diartikan bahwa tidak terjadi autokorelasi.

Tabel 5
Uji Autokorelasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	,762 ^a	,581	,578	7,428	1,844

Berdasarkan Tabel 6, nilai signifikansi (Sig.) untuk variabel regulasi emosi sebesar 0,63 sementara nilai Sig. untuk variabel dukungan sosial dosen sebesar 0,082. Oleh karena kedua variabel menunjukkan nilai Sig. lebih besar dari 0,05, maka bisa diartikan bahwa dalam model regresi tidak terjadi heterokedastisitas.

Tabel 6
Uji Heterokedastisitas

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	6,112	1,937		3,156	,009
Regulasi emosi	,059	,023	,137	2,507	,063
Dukungan Sosial dosen	-,039	015	-,141	-2,581	,082

Setelah perhitungan uji asumsi klasik dilakukan dan memenuhi, maka analisis data untuk uji hipotesis dilakukan dengan hasil sebagaimana pada Tabel 7.

Tabel 7
Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.120 ^a	.014	.011	11.369	.014	4.876	1	334	.028
2	.762 ^b	.581	.578	7.428	.566	449.574	1	333	.000
3	.766 ^c	.587	.583	7.382	.006	5.125	1	332	.024

a. Predictors: (Constant), Regulasi emosi

b. Predictors: (Constant), Regulasi emosi, Dukungan dosen

c. Predictors: (Constant), Regulasi emosi, Dukungan dosen, interaksi

Pada Tabel 7 di atas dijelaskan tiga jenis model yaitu Model 1 hanya memiliki regulasi emosi dan memiliki kontribusi prediktor R square sebesar 1,1%, dengan nilai F adalah 4,876 ($p=0,028 < 0,05$). Bermakna bahwa secara signifikan regulasi emosi dapat memprediksi resiliensi akademik.

Model 2, dukungan sosial dosen telah masuk dalam regresi; dukungan sosial dosen juga mampu memprediksi resiliensi akademik. Hasil ini didukung oleh

peningkatan sumbangan efektif dari 1,1% menjadi 57,8%. Nilai *F change* sebesar 449,574 ($p=0,000 < 0,05$) menunjukkan sumbangan yang signifikan.

Model 3, interaksi regulasi emosi dan dukungan sosial dosen masuk dalam regresi. Hasil ini menunjukkan bahwa interaksi juga mampu memprediksi resiliensi akademik dengan cukup baik. Hal dibuktikan dengan sumbangan efektif dari 57,8% menjadi 58,3%. Artinya Interaksi memberikan sumbangan sebesar 0,5%. Sumbangan ini juga sangat signifikan yang ditunjukkan dari nilai *F change* sebesar 5,125 ($p=0,024 < 0,05$). Maka dapat diartikan bahwa dukungan sosial dosen mampu memperkuat regulasi emosi dalam memprediksi tingginya resiliensi akademik mahasiswa. Dengan demikian dukungan sosial dosen terbukti menjadi moderator pengaruh regulasi emosi terhadap resiliensi akademik. Temuan ini menjelaskan bahwa ketika dukungan sosial dosen tinggi maka regulasi emosi yang dilakukan akan makin baik akan makin tinggi juga resiliensi akademik mahasiswa, demikian sebaliknya.

Diskusi

Penelitian ini menunjukkan hasil bahwa regulasi emosi secara signifikan memengaruhi resiliensi akademik. Oleh karena itu, hipotesis yang menyatakan bahwa regulasi emosi memengaruhi resiliensi akademik diterima. Studi ini mengkonfirmasi temuan Harjuna & Rinaldi (2022) yang menemukan bahwa ada korelasi antara regulasi emosi dengan resiliensi akademik. Pengendalian dan pengelolaan emosi untuk mencapai tujuan tertentu dikenal sebagai regulasi emosi. Menurut Gross & Thompson (2007), strategi seperti penilaian ulang kognitif dan penekanan emosi adalah bagian dari regulasi emosi. Resiliensi adalah kemampuan seorang siswa untuk bertahan dan beradaptasi dengan baik dalam situasi sulit (Fang dkk., 2020; Frisby dkk., 2020).

Regulasi emosi sangat penting untuk menciptakan resiliensi akademik, yang merupakan kemampuan seseorang untuk menghadapi dan mengatasi kesulitan akademik (Martínez dkk., 2023). Mahasiswa yang mampu menangani emosi negatif seperti stres dan kecemasan cenderung lebih tahan terhadap ujian. Penelitian menunjukkan bahwa memiliki kontrol emosi yang baik dapat membantu orang menghindari respons emosional negatif, yang membantu mereka mengatasi tantangan

akademik (Valientedkk., 2012). Regulasi emosi membantu mahasiswa untuk tetap fokus dan berpikir jernih dalam situasi sulit. Mahasiswa yang dapat mengatur emosi mereka lebih baik dalam menyusun strategi dan memecahkan masalah, yang merupakan aspek penting dari resiliensi akademis. Mahasiswa yang dapat mengelola emosi mereka lebih mungkin untuk tetap termotivasi meskipun menghadapi kegagalan atau rintangan. Mereka dapat mengatasi perasaan frustrasi atau putus asa dan terus berusaha untuk mencapai tujuan akademis mereka (Shengyao dkk., 2024).

Temuan penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial dosen memengaruhi resiliensi akademik mahasiswa. Hipotesis yang menyebutkan bahwa dukungan sosial dosen memengaruhi resiliensi akademik diterima. Hasil ini mengkonfirmasi penelitian dari Oktaviani & Rozi (2024) yang melaporkan bahwa dukungan sosial guru memengaruhi resiliensi akademik. Hasanah dkk. (2024) juga melaporkan hubungan signifikan antara dukungan sosial guru dengan resiliensi akademik. Hasil ini mengkonfirmasi penelitian Mufidah (2017) juga menunjukkan bahwa dukungan sosial guru memengaruhi dengan resiliensi akademik. Studi menunjukkan bahwa dukungan sosial dapat membantu siswa bangkit dari kesulitan dan mengatasi tantangan, terutama dalam dunia akademik (Li & Li, 2024). Dosen dapat membantu siswa mendorong dan memberi bimbingan yang mereka butuhkan untuk bertahan. Dukungan sosial yang diberikan oleh guru dapat membantu siswa mengatasi stres dan tekanan yang sering mereka alami selama masa studi. Selain itu, dukungan sosial yang diberikan oleh guru dapat meningkatkan kesehatan mental siswa, yang merupakan komponen penting dalam menciptakan kemampuan mereka untuk bertahan dalam pendidikan (Wang, 2023; Waluyan dkk., 2023).

Temuan penelitian berikutnya adalah dukungan sosial dosen terbukti berfungsi sebagai mediator pada pengaruh regulasi emosi terhadap resiliensi akademik mahasiswa. Hipotesis yang menyatakan dukungan sosial dosen memengaruhi besar kecilnya pengaruh regulasi emosi terhadap resiliensi akademik. Mahasiswa mendapatkan manfaat dari keterampilan regulasi emosi dengan dukungan sosial dari guru mereka. Guru yang memberikan dukungan emosional, seperti bimbingan dan dorongan, dapat membantu siswa menggunakan teknik regulasi emosi yang berguna,

seperti cognitive reappraisal (penimbangan ulang kognitif) dan expressive suppression (penekanan ekspresi emosi). Mahasiswa yang dapat mengendalikan emosi mereka lebih siap untuk menghadapi tantangan akademik (Wang, 2023; Chendkk., 2022). Memiliki dosen yang mendukung mahasiswa saat mereka menghadapi tekanan akademik dapat membantu mereka merasa lebih tenang dan tidak berdaya. Dengan dukungan ini, mahasiswa dapat mempertahankan regulasi emosi yang lebih baik dalam situasi tekanan, yang sangat penting untuk membangun resiliensi mahasiswa (Annisa dkk., 2024;

Dosen dapat membantu mahasiswa membuat rencana penanganan yang berguna untuk mengatasi tantangan akademik. Dosen membantu mahasiswa membangun resiliensi dengan mengajarkan mereka cara mengatasi stres dan mengelola emosi. Metode proaktif ini membuat mahasiswa lebih siap untuk menghadapi tantangan, yang meningkatkan relasi antara regulasi emosi dan resiliensi akademik (Rufino dkk., 2022). Dengan kata lain, dukungan sosial dosen memainkan peran penting dalam meningkatkan hubungan antara regulasi emosi dan resiliensi akademik dengan meningkatkan keterampilan emosional, menciptakan lingkungan yang mendukung, menyangga efek stres, meningkatkan efisiensi diri, dan mendukung strategi koping.

Dukungan sosial dapat membantu siswa mengatasi stres. Berbagi pengalaman atau mendapatkan pandangan orang lain dapat membuat mereka merasa lebih tenang dan lebih mampu melakukan regulasi emosi mereka. Mahasiswa yang mampu mengendalikan emosi mereka lebih siap menghadapi tantangan akademik. Mereka dapat melihat tantangan sebagai kesempatan untuk belajar daripada hambatan dan mengakibatkan mereka lebih resilien.

Kesimpulan

Penelitian ini dapat mengungkapkan bahwa regulasi emosi memengaruhi resiliensi akademik. Dukungan sosial dosen memengaruhi resiliensi akademik. Dukungan Sosial dosen memperkuat pengaruh regulasi emosi terhadap resiliensi akademik mahasiswa. Dengan demikian, penyelidikan ini memberikan kontribusi yang signifikan terhadap literatur mengenai peranan dukungan sosial dosen pada pengaruh

regulasi emosi dan resiliensi akademik serta menawarkan implikasi praktis bagi pendidikan tinggi dalam mendukung kesuksesan akademik mahasiswa.

Pemberian dukungan sosial, dosen akan mengenal mahasiswa secara pribadi dan menunjukkan perhatian terhadap kehidupan mereka, dosen juga memberikan umpan balik yang positif dan membangun, yang membuat siswa merasa dihargai dan termotivasi untuk maju. Dosen memberikan dukungan tambahan kepada siswa mereka melalui bimbingan akademik, sumber daya belajar, atau bantuan emosional akan memperkuat pengaruh regulasi emosi terhadap resiliensi akademik mahasiswa.

Referensi

- Ambarwati, P. D, Pinilih, S. S, dan Astuti, R. . (2019). Gambaran tingkat stres mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40.
- Annisa, R., Nurfarhanah, Firman, Hariko, R., & Al. Et. (2024). *The Role of Emotional Regulation and Self-Efficacy toward Students ' Academic Resilience*. 13(2), 380–399.
- Cassidy, S. (2016). The Academic Resilience Scale (ARS-30): A new multidimensional construct measure. *Frontiers in Psychology*, 7(NOV), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01787>
- Chen, X., Huang, Z., & Lin, W. (2022). The effect of emotion regulation on happiness and resilience of university students: The chain mediating role of learning motivation and target positioning. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1029655>
- Dafogianni, C., Pappa, D., Mangoulia, P., Kourti, F., Koutelekos, I., Dousis, E., Margari, N., Ferentinou, E., Stavropoulou, A., Gerogianni, G., Fradelos, E., & Zartaloudi, A. (2022). Anxiety, Stress and the Resilience of University Students during the First Wave of the COVID-19 Pandemic. *Healthcare (Switzerland)*, 10(12), 1–12. <https://doi.org/10.3390/healthcare10122573>
- Emmanuel, A.Osei., Adom, A. . E., & Solomon, F. K. (2014). Perceived Stress and Academic Performance of Senior High School Students in Western Region, Ghana. *European Journal of Business and Social Sciences*, 2(11), 88–101.
- Fang, G., Chan, P., & Kalogeropoulos, P. (2020). Social support and academic achievement of Chinese low-income children: A mediation effect of academic resilience. *International Journal of Psychological Research*, 13(1), 19–28. <https://doi.org/10.21500/20112084.4480>
- Frisby, B. N., Hosek, A. M., & Beck, A. C. (2020). The role of classroom relationships as

- sources of academic resilience and hope. *Communication Quarterly*, 68(3), 289–305. <https://doi.org/10.1080/01463373.2020.1779099>
- Gross, J. J., & Thompson, R. (2007).). *Emotion regulation: Conceptual foundations*. Guilford Press.
- Hafiz, N. H. A. H. (2015). Emotion regulation and academic performance among IIUM students: A preliminary study. *Jurnal Psikologi Malaysia*, 29(2), 81–92.
- Harjuna, R. T. B., & Rinaldi. (2022). Kontribusi regulasi emosi terhadap resiliensi mahasiswa dengan rentang usia remaja pasca kematian orangtua. *Happiness*, 6(1), 29–44.
- Hasanah, N., Putri, Z., Murni, D., & Al. Et. (2024). Studi Cross Sectional : Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 12(1), 17–27.
- Keo, G. D. (2022). Pengaruh Dukungan Sosial Guru terhadap Resiliensi Akademik Siswa SMP. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(6), 7840–7850. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v4i6.4241%0D>
- Latif, S., & Amirullah, M. (2020). Students' Academic Resilience Profiles based on Gender and Cohort. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 5(4), 175–182. <https://doi.org/10.17977/um001v5i42020p175>
- Li, Z., & Li, Q. (2024). How Social Support Affects Resilience in Disadvantaged Students: The Chain-Mediating Roles of School Belonging and Emotional Experience. *Behavioral Sciences*, 14(2). <https://doi.org/10.3390/bs14020114>
- Linggi, G. G. A., Hindiarto, F., Roswita, Y, M., & Al. Et. (2021). Efikasi Diri Akademik, Dukungan Sosial, dan Resiliensi Akademik Mahasiswa Perantau pada Pembelajaran Daring di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Psikologi*, 14(2), 217–232.
- Martínez, B., Pérez-Fuentes, M., & Jurado, M. (2023). Mediating Role of Emotional Intelligence in the Relationship Between Resilience and Academic Engagement in Adolescents: Differences Between Men and Women. *Psychology Research and Behavior Management*, 16(July), 2721–2733. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S421622>
- Mufidah, A. . (2017). Hubungan Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Bidikmisi dengan Mediasi Efikasi Diri. *Jurnal Sains Psikologi*, 6(2), 68–74.
- Ofori, C. F., & Lu, L. (2018). The Evaluation of Internal Audit Functions for Effective Public Sector Administration. A Survey of Accra Metropolitan Assembly, Ghana. *International Journal of Academic Research in Accounting, Finance and Management Sciences*, 8(2), 19–27.
- Oktaviani, D., & Rozi, F. (2024). The Effect of Social Support and Academic Resilience on

- Burnout in Students Working on a Thesis. *JMKSP (Jurnal Manajemen, Kepemimpinan, Dan Supervisi Pendidikan)*, 9(2), 883–895. <https://doi.org/10.31851/jmksp.v9i2.15353>
- Rufino, K., Babb, S. J., Johnson, R., & Al. Et. (2022). Moderating effects of emotion regulation difficulties and resilience on students' mental health and well-being during the COVID-19 pandemic. *Journal of Adult and Continuing Education*, 28(2), 397–413. <https://doi.org/10.1177/14779714221099609>
- Sembiring, M., & Tarigan, T. (2022). Dewan Editor. *Jurnal Penelitian Pendidikan Agama Katolik*, 2(2), 131–147.
- Shengyao, Y., Xuefen, L., Jenatabadi, H., Samsudin, N., Chunchun, K., Ishak, Z., & Al. Et. (2024). Emotional intelligence impact on academic achievement and psychological well-being among university students: the mediating role of positive psychological characteristics. *BMC Psychology*, 12(1), 1–17. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01886-4>
- Valiente, C., Swanson, J., & Eisenberg, N. (2012). Linking students emotions to academic achievement. *Child Development Perspect*, 6(2), 129–135. <https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2011.00192.x>.Linking
- Vedøy, I., Anderssen, S., Tjomsland, H., Skulberg, K., Thurston, M., & Al. Et. (2020). Physical activity, mental health and academic achievement: A cross-sectional study of Norwegian adolescents. *Mental Health and Physical Activity*, 18(October 2019), 100322. <https://doi.org/10.1016/j.mhpa.2020.100322>
- Waluyan, V., Setianingsih, E., & Saptariningsih, S. (2023). Theory and Application The Correlation Between Mental Health Conditions and Academic Resilience of 10 th Grade Students of SMA Negeri 6 Semarang in 2023. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling*, 12(1), 137–148.
- Wang, T. (2023). Teachers as the agent of change for student mental health: the role of teacher care and teacher support in Chinese students' well-being. *Frontiers in Psychology*, 14(November). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1283515>
- Zhang, J., Peng, C., & Chen, C. (2024). Mental health and academic performance of college students: Knowledge in the field of mental health, self-control, and learning in college. *Acta Psychologica*, 248. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2024.104351>
- Zimet, G., Dahlem, N., Zimet, S., Farley, G., & Al. Et. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2