

RESILIENSI PADA MAHASISWA PENERIMA BEASISWA DAERAH 3T

Afsya Nelce Kemeray^{1*}, Suryanto²
Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga, Surabaya

Abstrak

Beasiswa 3T saat ini memberikan peluang kepada mahasiswa untuk meraih cita-cita ke universitas impian. Namun mahasiswa yang berada di daerah 3T seringkali mengalami hambatan seperti kurangnya aksesibilitas yang memadai, angka kemiskinan yang tinggi dan niat sekolah yang rendah, tetapi ada juga mahasiswa yang bertahan menghadapi kesulitan dan bangkit dari keterbatasan untuk mencapai tujuan, fenomena ini dapat dikatakan sebagai resiliensi. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan resiliensi pada mahasiswa penerima beasiswa daerah 3T. Adapun pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus dengan melibatkan 4 partisipan. Hasil penelitian ini untuk mendeskripsikan bahwa partisipan mencapai resiliensi dengan memunculkan beberapa aspek yaitu optimisme, keterjangkauan, empati, regulasi emosi dan analisis kausal. Kemudian implikasi hasil penelitian ini menunjukkan pengembangan dan penguatan aspek-aspek resiliensi, seperti optimisme, empati, dan regulasi emosi, sangatlah krusial untuk mendukung keberhasilan partisipan. Oleh karena itu, institusi pendidikan dan penyelenggara beasiswa perlu mengintegrasikan program pengembangan resiliensi dalam pendampingan mahasiswa, selain itu memperkuat dukungan sosial juga menjadi penting agar mahasiswa dapat menghadapi berbagai tantangan dan mencapai tujuan akademik serta pribadi mereka dengan lebih efektif.

Kata Kunci: Resiliensi, Mahasiswa, Beasiswa Daerah 3T

Abstract

3T scholarships currently provide opportunities for students to achieve their dreams to go to the university of their dreams. However, students who are in 3T areas often experience obstacles such as lack of adequate accessibility, high poverty rates and low school intentions, but there are also students who endure difficulties and rise from limitations to achieve goals, this phenomenon can be said to be Resilience. This study aims to describe resilience in 3T scholarship recipient students. The approach used in this research is a qualitative approach with a case study method with 4 participants. The results of this study are to describe that participants achieved resilience by bringing up several aspects, namely optimism, affordability, empathy, emotion regulation and causal analysis. The implications of the results of this study indicate that developing and strengthening aspects of resilience, such as optimism, empathy, and emotion regulation, is crucial to support participants' success. Therefore, educational institutions and scholarship providers need to integrate resilience development programs in student mentoring, while strengthening social support is also important so that students can face various challenges and achieve their academic and personal goals more effectively.

Keywords: Resilience, Student, 3T Scholarship

*Corresponding Author:

Afsya Nelce Kemeray
Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga, Surabaya
Email: afsya.nelce.kemeray-2023@psikologi.unair.ac.id

Article History

Submitted: 08 Januari 2026
Accepted: 27 Februari 2026
Available online :09 Maret 2026

PENDAHULUAN

Salah satu program unggulan dari Presiden terpilih ke-7, Joko Widodo, adalah Program Nawacita yang bertujuan untuk membangun Indonesia dari daerah pinggiran, dengan penekanan pada aspek ekonomi, sosial, dan peningkatan sumber daya manusia (SDM) melalui focus utama Nawacita yaitu memperhatikan dan meningkatkan kualitas hidup di wilayah-wilayah yang berada di Indonesia, secara khusus di daerah tertinggal yang terletak di kepulauan terpencil dan di daratan (Situmorang & Ayustia, 2019).

Daerah 3T (terdepan, terluar, tertinggal) adalah wilayah yang terletak di perbatasan langsung dengan negara lain, dan sering kali mengalami keterbatasan dalam hal sarana dan prasarana, hal ini mencakup infrastruktur umum dalam bidang kesehatan dan pendidikan yang masih minim. (Situmorang & Ayustia, 2019). Menurut data Kemendikbudristek untuk tahun anggaran 2023, pemerintah telah memberikan beasiswa Afirmasi Pendidikan Tinggi (ADIK) kepada 7.614 mahasiswa dari daerah yang tertinggal, terdepan, dan terluar (3T), Papua, serta anak Repatriasi atau buruh migran. Dari total tersebut, sebanyak 1.931 mahasiswa (23,25%) berasal dari daerah 3T, 3.231 mahasiswa (42,43%) berasal dari wilayah Papua yang tidak menerima beasiswa Afirmasi Pendidikan Menengah (ADEM), dan 1.321 mahasiswa (17,35%) adalah lulusan Program Afirmasi Pendidikan Menengah (ADEM) yang berasal dari Papua, daerah khusus, serta Repatriasi

atau buruh migran (Jatnika, 2024). Setelah dinyatakan sebagai mahasiswa penerima beasiswa 3T, tentu banyak tantangan yang harus dihadapi, seperti yang diungkapkan oleh beberapa mahasiswa penerima beasiswa daerah 3T dari ITB, mereka mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri, terutama dalam mengelola waktu antara belajar, menyelesaikan tugas, mengikuti kegiatan non-akademik, dan bersosialisasi dengan teman-teman (Yulianti, 2023). Meskipun mendapat banyak tantangan, Namun ada mahasiswa yang mampu bertahan dan bangkit dari keterbatasan tersebut untuk mencapai tujuan mereka, fenomena ini disebut sebagai Resiliensi.

Resiliensi adalah proses adaptasi dengan mempertimbangkan sumber-sumber penting dari yang dapat menyebabkan kesulitan, trauma, situasi, ancaman dan bahkan stress individu (Nashori & Saputro, 2021). Selain itu resiliensi juga diperlukan oleh individu untuk menghadapi tantangan dan kesulitan, serta mereka harus berjuang untuk bangkit dari kesulitan atau masalah psikologis (Wulandari & Kumalasari, 2022). Selanjutnya resiliensi merupakan suatu bentuk ketangguhan dan kekuatan yang dimiliki seseorang (Hendriani, 2017). Resiliensi juga sebagai sebuah proses yang mencakup negosiasi, pengelolaan, dan penyesuaian terhadap stres atau trauma yang berat, konsep ini melibatkan berbagai aset dan sumber daya yang terdapat dalam diri individu, pengalaman hidup mereka, serta geografi di sekelilingnya,

yang mendukung kemampuan untuk beradaptasi dan "bangkit kembali" ketika menghadapi tantangan (Güleç, 2025). Selain itu resiliensi merupakan kemampuan mental untuk beradaptasi menghadapi tekanan dan tantangan, tidak hanya menunjukkan korelasi yang baik dengan humor tetapi juga berperan penting dalam meningkatkan kualitas hidup seseorang (Liao et al., 2025). Oleh karena itu, resiliensi merupakan respons individu dalam menerima dan menanggapi tekanan atau kesulitan yang dihadapi, bahkan mampu bangkit dari trauma dengan sikap yang positif.

Menurut Mustafa & Hadiyati, (2019), resiliensi dipengaruhi oleh beberapa faktor. Grotberg (2003), berpendapat bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi adalah *I Have, I Am*, dan *I Can*. *I Have* menunjukkan dukungan dari lingkungan sosial dan cara seseorang memaknainya; *I Am* menunjukkan kekuatan yang berasal dari diri individu, seperti Sikap, perasaan, serta keyakinan; dan *I Can* menunjukkan upaya seseorang untuk memecahkan masalah dan mencapai kesuksesan. Menurut Mir'atannisa et al., (2019), Resiliensi individu di masa dewasa dapat ditingkatkan dengan mengembangkan berbagai aspek resiliensi yang ada.

Bagi Reivich & Shatte Resiliensi terdiri dari 7 komponen, yaitu: 1) *Emotion Regulation*, adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan perasaannya sehingga tetap tenang meskipun berada dalam situasi yang penuh tekanan. 2) *Optimism*, merupakan keyakinan seseorang bahwa tantangan yang

sulit dapat bertransformasi menjadi lebih baik dan memiliki harapan terhadap masa depan.

3) *Empathy*, memahami perasaan dan keadaan orang lain. 4) *Self-Efficacy*, yakni bagaimana seseorang memiliki keyakinan dan kepercayaan akan kemampuan dirinya. 5) *Impulse Control*, yang berarti bagaimana seseorang dapat mengontrol keinginan, dorongan, kesukaan, dan tekanan yang muncul dari dalam dirinya. Orang yang memiliki kemampuan untuk mengendalikan impuls yang rendah cenderung mengalami perubahan emosi dengan cepat, yang pada akhirnya dapat memengaruhi pikiran dan perilaku mereka. 6) *Causal Analysis*, adalah cara seseorang melihat alasan di balik masalah yang mereka hadapi. Orang yang kuat tidak bisa mempersalahkan orang lain atas perbuatan mereka yang bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri mereka atau menghilangkan perasaan bersalah. 7) *Reaching Out*, menggambarkan kemampuan seseorang untuk mencapai keberhasilan, yang ditandai dengan keberanian melihat masalah sebagai tantangan dan bukan ancaman, serta adanya kemampuan untuk mencapai keberhasilan dalam hidupnya (Nashori & Saputro, 2021).

Pembahasan mengenai resiliensi pada mahasiswa penerima beasiswa sendiri sudah banyak dilakukan. Seperti penelitian pada mahasiswa penerima beasiswa Bidik Misi yang dilakukan oleh Wahyudi & Partini (2019), yang mana kehidupan mahasiswa menjadi lebih sulit karena kondisi ekonomi

yang tidak ideal mereka, yang pada akhirnya membuat mereka menjadi lebih kuat dalam menghadapi kehidupan. Sejalan dengan itu, Zahra et al (2021) menemukan bahwa mahasiswa Bidik Misi semester pertama di Universitas Padjajaran umumnya memiliki faktor-faktor seperti kontrol, empati, serta kemampuan untuk menghubungkan dan menjangkau. Selanjutnya, penelitian oleh Hendriani (2017), menunjukkan mengenai resiliensi akademik dapat diperoleh bagi mahasiswa doktoral yang sanggup menyesuaikan diri dengan situasi yang menekan dan menghambat selama studi, yang pada akhirnya membuat mereka lebih kuat secara akademis. Usroh & Ningrum, (2018), juga menemukan bahwa meskipun hanya beberapa aspek yang terpenuhi, Mahasiswa yang bekerja dengan sistem shift di Universitas Muhammadiyah Gresik menunjukkan tingkat resiliensi yang baik dalam tujuh aspek yang berbeda. Penelitian lain terhadap mahasiswa difabel menunjukkan bahwa faktor lingkungan dan internal mahasiswa ternyata memberikan kontribusi pada keberhasilan belajar dan adaptasi dengan lingkungan kampus (Grafiyana, 2018).

Selain itu, penelitian mengenai resiliensi tidak hanya dilakukan pada mahasiswa penerima beasiswa di Indonesia, tetapi juga pada mahasiswa dari negara lain dengan latar belakang serupa, meskipun beberapa penelitian tersebut tidak secara khusus membahas resiliensi pada mahasiswa penerima beasiswa, dikarenakan keterbatasan

studi sebelumnya mengenai urgensi permasalahan penelitian ini. Penelitian yang dimaksudkan dilakukan oleh Salgado et al., (2024), kepada mahasiswa migran atau dapat dikatakan mahasiswa perantauan yang menempuh pendidikan di Uni Emirat Arab, penelitian ini memusatkan perhatian pada kesehatan mental dan ketahanan mahasiswa migran di Universitas Ilmu Kesehatan dan Kedokteran RAK (RAKMHSU) di Uni Emirat Arab (UEA), yang kerap menghadapi tantangan unik seperti penyesuaian budaya, hambatan bahasa, serta keterpisahan dari keluarga dan teman, yangmana hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa migran memiliki tingkat resiliensi yang berada dalam kategori normal, sementara hanya sebagian kecil yang menunjukkan resiliensi rendah atau tinggi. Mayoritas responden juga menunjukkan tingkat kesehatan mental positif yang lebih tinggi, meskipun terdapat sebagian kecil yang memiliki tingkat kesehatan mental lebih rendah (Salgado et al., 2024). Temuan ini menegaskan pentingnya perhatian terhadap kesejahteraan mahasiswa migran sebagai populasi yang rentan, khususnya dengan menyoroti kondisi kesehatan mental dan resiliensi mereka, selain itu faktor-faktor seperti pengaruh budaya, tekanan sosial, dan pilihan gaya hidup diidentifikasi sebagai kontribusi utama terhadap permasalahan kesehatan mental yang dihadapi oleh mahasiswa migran di UEA (Salgado et al., 2024). Hal ini menunjukkan bahwa tantangan adaptasi dan kebutuhan akan ketahanan diri merupakan isu yang relevan di berbagai konteks populasi mahasiswa yang

RESILIENSI PADA MAHASISWA PENERIMA BEASISWA DAERAH 3T

Afsya Nelce Kemeray, Suryanto

mengalami perpindahan geografis dan sosial.

Dari penelitian-penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa Meskipun sejumlah penelitian telah dilakukan terhadap kelompok mahasiswa yang telah dipaparkan diatas, namun kajian yang secara spesifik meneliti resiliensi mahasiswa penerima beasiswa dari daerah 3T masih sangat terbatas. Padahal, kelompok ini memiliki kondisi psikososial dan geografis yang lebih kompleks. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mendeskripsikan secara mendalam resiliensi mahasiswa penerima beasiswa 3T, sekaligus menggali faktor-faktor internal dan eksternal yang membentuk resiliensi mereka. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis terhadap pengembangan konsep resiliensi dalam konteks pendidikan tinggi, serta implikasi praktis bagi institusi pendidikan dan penyelenggara beasiswa dalam merancang program pendampingan yang

sesuai dengan kebutuhan khas mahasiswa dari daerah 3T. Adapun tujuan dari penelitian ini ialah untuk mendeskripsikan resiliensi yang dimiliki oleh mahasiswa penerima beasiswa dari daerah tertinggal, terdepan, dan tertinggal (3T).

METODE

Metode penelitian ini mengadopsi pendekatan kualitatif melalui penerapan studi kasus. (Aryadelina & Laksmiwati, 2019). Metode studi kasus yang diterapkan dalam penelitian ini bersifat intrinsik, dengan tujuan untuk mendalami pengalaman hidup individu dalam suatu peristiwa tertentu. (Harita & Suryanto, 2023).

Penelitian ini dilakukan kepada empat Partisipan yang merupakan mahasiswa penerima beasiswa daerah 3T, adapun data keempat informan dapat dijelaskan dalam tabel berikut ini:

Tabel 1
Data Demografi Partisipan

Partisipan	Jenis Kelamin	Rentang Usia	Keterangan Status Akademik
Partisipan 1	Perempuan	21	Mahasiswa
Partisipan 2	Perempuan	25	Mahasiswa
Partisipan 3	Perempuan	22	Mahasiswa
Partisipan 4	Perempuan	25	Mahasiswa

Metode pengumpulan data dilakukan dengan wawancara semi-terstruktur, yang memungkinkan peneliti untuk menggali informasi dengan lebih mendalam dan tidak terkesan kaku. Selain itu, alat perekam juga digunakan untuk mendukung proses

wawancara, sehingga membantu merekam informasi yang diperoleh dengan lebih akurat. Selain itu pertanyaan wawancara disusun berdasarkan komponen-komponen Resiliensi yang dikemukakan oleh Reivich & Shatte yakni regulasi emosi, optimism, empati, efikasi diri,

pengendalian impuls, *Causal Analysis*, dan *Reaching Out* (Nashori & Saputro, 2021). Adapun pertanyaan atau pedoman yang digunakan dalam wawancara dapat dilihat pada tabel 2.

Dalam analisis data, dilakukan pendekatan tematik yang didorong oleh teori, di mana pengembangan tematik didasarkan pada teori dari Ryff (Riastri et al., 2020). Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk menyusun tema-tema yang muncul dari data yang terkumpul dan mengaitkannya dengan konsep teoritis yang relevan.

Selanjutnya teknik triangulasi dilakukan untuk memperkuat aspek teoritis, metodologis, dan interpretatif dari penelitian kualitatif. (Nurfajriani et al., 2024). Metode triangulasi yang dilakukan oleh peneliti adalah melakukan

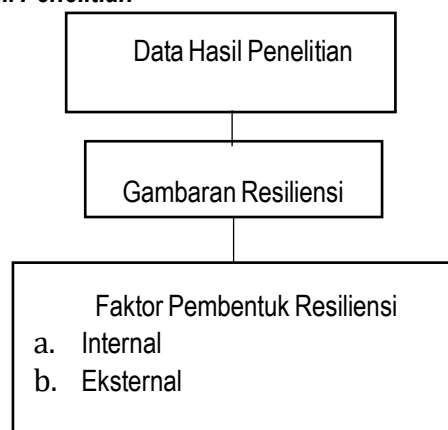
pengujian data yang telah diperoleh dari partisipan, selanjutnya peneliti melakukan triangulasi sumber melalui wawancara dan observasi. Adapun wawancara dilakukan kepada keempat subjek sesuai dengan pedoman wawancara yang telah disusun oleh peneliti dengan tujuan memperoleh data secara langsung dari keempat partisipan. Selain itu observasi dilakukan untuk mengamati secara langsung perilaku, interaksi, atau situasi saat wawancara tanpa bergantung pada penuturan orang lain. Kemudian wawancara dilakukan sesuai waktu yang telah disepakati antara peneliti dan partisipan.

HASIL

Berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada keempat informan maka diperoleh hasil penelitian yang dijelaskan secara umum melalui bagan berikut in:

Bagan 1

Kerangka Susunan Data Hasil Penelitian



a. Faktor Pembentuk Resiliensi

1. Internal

Percaya kepada kapabilitas diri (I AM):

Partisipan I merasa yakin akan kemampuannya dalam mengikuti seleksi beasiswa. Partisipan II merasa perlu menyiapkan mental untuk menghadapi tantangan di universitas tujuan. Partisipan III berpendapat bahwa proses dari tes beasiswa hingga mencapai semester akhir merupakan pengalaman pembelajaran yang membuatnya tumbuh dewasa. Sementara partisipan IV merasa bersemangat dalam mengikuti seleksi beasiswa dan menunjukkan semangatnya melalui upaya kerasnya dalam seleksi tersebut.

Hal ini sesuai dengan ungkapan dari salah satu Partisipan:

"Yang buat saya yakin itu ketika mengerjakan soal itu hanya berdoa saja percaya yang saya bisa kerjakan ini jadi saya harus kerjakan semampu saya sisahnya nanti Tuhan yang kerjakan jadi sudah saya kerjakan saja sebisa saya entah itu jawaban benar atau tidak tapi yang saya rasa saya bisa yang menurut saya benar saya isi disitu, karena mungkin pada saat itu orang dinaskan juga minta kita punya daftar nilai jadi saya pikir mungkin selain mereka mengambil pertimbangan dari nilai raport, maksud saya selain melihat hasil tes mereka juga mempertimbangkan nilai raport mereka juga akan lihat dari hasil

tes yang secara murni ini tapi juga ada pertimbangan dari hasil nilai raport, pembicaraan saya itu kayak itu". (P1, ANSM)

Kemampuan *problem solving* (I CAN):

Partisipan pertama hingga keempat memiliki impian masa depan yang serupa, tetapi mereka memiliki pendekatan yang berbeda dalam menyelesaikan tantangan yang dihadapi. Partisipan I bercita-cita membantu adik-adiknya untuk mendapatkan beasiswa. Partisipan II bermaksud membahagiakan orang tuanya di masa depan. Partisipan III berencana untuk melanjutkan studi setelah menyelesaikan kuliahnya saat ini, sementara Partisipan IV berusaha untuk bekerja dan membangun kos-kosan sebagai investasi masa depan. Namun, yang membedakan mereka adalah cara mereka menangani tantangan dan rintangan yang muncul.

Seperti yang diungkapkan oleh salah satu informan yakni:

"Dengan mendapat beasiswa ini yah untuk kedepannya saya merasa pasti akan lebih baik karena dengan yang tadi saya bilang sudah membantu meringankan ekonomi, saya sudah mendapatkan pendidikan yang baik, mungkin ke depannya dengan hasil yang saya dapatkan dengan belajar di kampus selama ini mungkin saya bisa pulang ajarkan ke saya punya adik-adik

dan mereka juga bisa belajar lebih baik, mungkin kedepannya mereka juga bisa dapat beasiswa juga untuk sekolah". (P1, ANSM)

Partisipan I merasa bahwa hubungan spiritualnya dengan Tuhan memberinya kekuatan untuk mengikuti seleksi beasiswa. Partisipan II mengalami putus asa setelah menerima beasiswa, tetapi bangkit kembali setelah mendengar nasihat orangtuanya dan menerima dengan ikhlas kondisinya sebagai yatim piatu. Partisipan III mengalami masa-masa sulit, namun tetap termotivasi dan semangat ketika menjalani perkuliahan.

Berikut ungkapan dari salah satu partisipan:

"Yang buat saya yakin itu ketika mengerjakan soal itu hanya berdoa saja percaya yang saya bisa kerjakan ini jadi saya harus kerjakan semampu saya sisahnya nanti Tuhan yang kerjakan jadi sudah saya kerjakan saja sebisa saya entah itu jawaban benar atau tidak tapi yang saya rasa saya bisa yang menurut saya benar saya isi disitu". (P1, ANSM)

Hal ini menunjukkan bahwa mereka semua memiliki kemampuan *problem solving* yang kuat, meskipun pendekatan dan strategi yang digunakan berbeda-beda.

2. Eksternal

Dukungan sosial (*I Have*):

Keempat partisipan sama-sama menerima dukungan sosial dari orang-orang terdekat dalam hidup mereka. Namun, ada perbedaan dalam jenis dan sumber dukungan yang mereka terima. Partisipan I merasa bahwa ia tidak menerima dukungan yang cukup dari ibunya, seperti kurangnya perhatian dan kehadiran saat mengurus berkas-berkas. Selain itu, baik partisipan I maupun III tidak mendapatkan dukungan dari guru mereka. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun mereka memiliki dukungan sosial, namun tingkat dan jenis dukungan yang diterima dapat bervariasi di antara partisipan.

Berikut ungkapan dari salah satu partisipan:

"pada saat itu ibu telepon itu juga ketika hasil tes sudah keluar baru kasih tahu, tapi pada saat itu juga tidak sama sekali". (P1, ANSM)

b. Gambaran Resiliensi

Berdasarkan hasil wawancara maka dapat diperoleh gambaran resiliensi pada mahasiswa penerima beasiswa daerah 3T sebagai berikut:

Tema 1: Sikap Optimisme

Partisipan I merasa termotivasi untuk mengikuti seleksi beasiswa setelah melihat kesuksesan saudaranya yang telah lulus, memiliki keyakinan diri dalam menghadapi rintangan, berpikir positif, dan memotivasi dirinya sendiri. Partisipan II

merasa termotivasi oleh nasihat orangtua dan tidak takut untuk menyesuaikan diri di tempat baru. Partisipan III termotivasi untuk mengikuti seleksi beasiswa meskipun formulir pendaftaran telah habis, tetap optimis dan mencoba mencari solusi. Partisipan IV tetap semangat dan termotivasi meskipun dihadapi banyak tantangan.

Hal ini dibuktikan dengan ungkapan salah satu partisipan:

"Mau bilang dari hasil perjuangan itu dengan mendapat beasiswa sebenarnya mau bilang pantas atau tidaknya atau layak mendapatkan karena sudah melakukan perjuangan itu juga kayaknya tidak, menurut saya itu semua, itu apa yah bisa dibilang saya punya usaha saja yang saya bisa lakukan itu adalah reward dari Tuhan gitu kayak hasilnya apa sih perjuangan itu dan saya memandang bahwa saya bisa, saya bisa karena Tuhan yang memampukan saya begitu". (P1, ANSM)

Tema 2: Kemampuan mencapai keberhasilan.

Partisipan I merasa bangga dengan usaha dan hasil kelulusan beasiswa, bersyukur kepada Tuhan, dan merasa membantu meringankan beban ekonomi keluarga. Partisipan II merasa terkejut dan bahagia dengan kelulusannya, serta dengan pilihan kampus dan jurusan yang sesuai dengan keinginannya. Partisipan III dan IV juga merasa bersyukur atas kelulusan mereka.

Sebagaimana disampaikan oleh

salah satu partisipan:

"yah drama disitu nangis-nangis maksudnya bersyukur senang banget karena akhirnya saya bisa kuliah meskipun awalnya saya memang niatnya gak mau kuliah dulu karna adik saya tadi tapi alhamdulillah saya lulus yah". (P3, AAS)

Tema 3: Sikap Empati

Setelah menerima beasiswa, keempat partisipan menunjukkan sikap peduli dan saling membantu kepada teman-teman yang membutuhkan. Partisipan I, II, dan III memberikan semangat dan dukungan kepada teman-teman mereka, sementara Partisipan IV memberikan bantuan berupa pinjaman uang.

Sebagaimana telah diungkapkan oleh salah satu partisipan:

"Jadi contohnya, mereka itu persis banget ya sama dengan kita. Ketika mereka merantau, pasti mereka juga merasa bahwa mereka tidak punya siapa-siapa di tempat studi. Tetapi, di situ kita yang sudah berpengalaman, terus kita cuma hanya memotivasi, memberi semangat, harus bertahan sampai selesai". (P2, ECW)

Tema 4: Kemampuan Mengontrol emosi

Partisipan I mengalami berbagai emosi seperti kekecewaan dan kesedihan, namun mampu memperoleh semangat dari dukungan keluarga dan keyakinan kepada Tuhan. Partisipan II mengalami perasaan putus asa dan kesendirian, tetapi mampu bangkit kembali dengan mengingat nasihat orangtua dan mempercayai Tuhan.

Partisipan III mengalami kesedihan namun termotivasi untuk mengevaluasi diri. Berbeda dengan ketiga partisipan lainnya, Partisipan IV tidak menunjukkan aspek regulasi emosi.

Hal ini juga diungkapkan oleh salah satu partisipan:

"Hampir satu bulan itu merasa kayaknya saya harus pindah dari sini deh, sampai dititik itu, mo bilang nangis, cuman saya gak pernah nangis tapi selalu merasa tertekan tapi karna saya gak bisa nangis jadi saya lebih suka mengurung diri dikamar jadi kayak diam merenungi aduh kenapa saya disini sih gitu, Itu waktu itu setelah melalui banyak hal yang buat saya down saya ingat lagi kenapa saya bisa ada disini gitu, saya salah satu yang dipercaya oleh eh pemberi beasiswa kemendikbud berarti saya mampu untuk mendapatkan inikan berarti harusnya saya bisa menyelesaikan ini, nah pada saat itu saya pergi, saya jalan jalan untuk mengurangi stress untuk memantapkan diri bahwa saya bisa kok, saya gak seburuk itu kok". (P3, AAS)

Tema 5: Kemampuan menganalisis permasalahan.

Partisipan I merasa tidak yakin dengan hasil tes beasiswa dan menghadapi kesulitan dalam kuliah online karena keterbatasan akses internet, namun tetap berjuang dan merasa mandiri dengan dukungan dari keluarga. Partisipan II merasa tidak percaya diri namun berhasil menyesuaikan diri di lingkungan kampus, juga mengalami perasaan kesendirian

setelah kehilangan orangtua, tetapi mampu bangkit dengan keyakinan kepada Tuhan. Partisipan III merasa keluar dari zona nyaman dan mendapatkan pengalaman hidup yang berharga setelah lulus beasiswa. Sedangkan Partisipan IV merasa tidak percaya diri di kampus, namun mampu menghadapi berbagai tantangan dengan cara mengalihkan pikiran negative ke hal-hal yang positif.

Seperti yang disampaikan oleh salah satu partisipan:

"Kalau anisa sendiri tekanan akademik kayak lebih ke skil jadi kayak topi wisuda upi kan toipi wisuda upi bolong jadi wisuda-wisuda gakk ada ilmunya gitu, iya jadi kayak ditanya kayak kiori atau apa gak tahu jadi kayak belajarnya itu pada saat tugas aja gitu jadi itu sih kelemahan anisa yang kayak buat anisa insecure kayak apa sih ilmu yang kamu dapat di upi gitu, Nah dari proses ini tuh jadi kayak harus dewasa dalam mengambil keputusan apapun, tetap tekankan pada diri jangan biarkan hal-hal negative di luar diri kita itu masuk". (P4, A)

DISKUSI

Proses resiliensi yang dialami oleh partisipan sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor pembentuk resiliensi, baik yang bersifat internal maupun eksternal. Adapun Faktor internal terdiri dari kepercayaan partisipan terhadap kapabilitas diri dan kemampuan dalam memecahkan masalah (*problem-solving*), sementara faktor eksternal melibatkan adanya

dukungan sosial. Penelitian ini menunjukkan bahwa kepercayaan diri terhadap kapabilitas yang dimiliki oleh partisipan akan membawa mereka untuk memiliki sikap yang berani dan respons positif dalam menghadapi tantangan, khususnya dalam mengikuti seleksi beasiswa 3T. Individu yang memiliki tingkat resiliensi tinggi memiliki ciri khas yang unik, yaitu kemampuan untuk mengatasi masalah dengan efektif dan memiliki kepercayaan diri yang kuat. Di sisi lain, individu yang kurang resiliensi cenderung mudah merasa terjatuh dan putus asa. (Amelia et al., 2014). Selain itu, partisipan juga menunjukkan kemampuan *problem-solving* yang baik, yang tercermin dalam sikap mereka membantu teman-teman yang hendak mengikuti tes beasiswa 3T, harapan mereka untuk membahagiakan orangtua melalui pendidikan yang lebih baik, dan impian-impian mereka di masa depan. Menurut Putri et al (2023), harapan yang tinggi terhadap masa depan mampu memotivasi mahasiswa untuk menghadapi masalah dengan cara adaptif dan tidak mudah tertekan.

Penelitian ini juga menegaskan jika dukungan social dari orang-orang terdekat ternyata bisa meningkatkan sikap resiliensi pada partisipan. Namun, tidak semua partisipan mendapat dukungan dari orang-orang terdekatnya; contohnya, partisipan I merasa tidak mendapat perhatian dari salah satu anggota keluarganya, dan partisipan I serta III tidak mendapat dukungan dari guru. Penelitian lain terhadap mahasiswa difabel menunjukkan bahwa faktor lingkungan dan internal

mahasiswa memberikan kontribusi pada keberhasilan belajar dan adaptasi dengan lingkungan kampus (Grafiyana, 2018).

Melalui faktor-faktor pembentuk resiliensi, diperoleh gambaran resiliensi pada partisipan, seperti sikap optimisme yang tercermin dari cara partisipan berpikir positif, semangat yang mereka miliki, dan motivasi untuk melewati rintangan selama mengikuti seleksi beasiswa daerah 3T. Julianti (2021), menjelaskan bahwa mahasiswa yang optimis akan lebih mudah menyesuaikan diri dan pada akhirnya mencapai kesehatan psikologis yang lebih baik. Optimisme juga merujuk kepada keyakinan individu akan kehidupan yang lebih baik atau harapan yang baik, serta berpikir positif dan realistis dalam menghadapi kehidupan untuk mencapai hasil yang lebih baik berdasarkan tujuan hidup yang ingin diperoleh individu (Putri et al., 2023).

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa partisipan memiliki kemampuan untuk mencapai tujuan, yang ditandai dengan rasa bangga dan syukur atas kelulusan seleksi beasiswa 3T, serta pengaruh positifnya terhadap perekonomian keluarga. Wahyudi & Partini (2019), menyatakan bahwa keadaan ekonomi yang tidak ideal meningkatkan kesulitan hidup mahasiswa, namun juga membuat mereka menjadi lebih kuat dalam menghadapi kehidupan.

Selain itu, partisipan menunjukkan sikap empati yang tinggi terhadap sesama penerima beasiswa 3T, yang tercermin dalam sikap mereka tolong-menolong. Penelitian

Pahlevi & Salve (2018) Menegaskan bahwa mahasiswa yang tidak memiliki saudara di tempat tinggal saat ini cenderung lebih mampu berempati terhadap teman seusianya yang mengalami situasi serupa, sebagai sebuah strategi untuk beradaptasi dalam lingkungan baru. Penelitian ini juga memperlihatkan bahwa pengalaman hidup partisipan, mulai dari mengikuti seleksi beasiswa hingga menjadi mahasiswa, membentuk mereka menjadi individu yang berkarakter positif, mampu mengontrol diri dari perasaan negatif, dan berdamai dengan masa lalu.

Selanjutnya partisipan menunjukkan kemampuan menganalisis setiap permasalahan dan kesulitan yang mereka hadapi secara positif, tanpa menyalahkan orang lain. Contohnya, meskipun menghadapi kesulitan dalam mengakses internet selama proses seleksi beasiswa 3T, merasa kurang percaya diri dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan kampus, atau merasakan kesedihan akibat kehilangan orangtua, mereka justru tidak terhambat olehnya. Sebaliknya, pengalaman-pengalaman ini membuat mereka semakin kuat dan mampu bangkit dari keterpurukan, dengan semangat yang tinggi dalam menjalani kehidupan.

Adapun penelitian ini memiliki beberapa kelebihan yakni, (1) Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus yang memungkinkan peneliti mendalami pengalaman hidup individu dengan lebih mendetail, hal ini dapat menghasilkan pemahaman yang lebih kaya tentang resiliensi

mahasiswa penerima beasiswa daerah 3T. (2) Penelitian ini berhasil mengidentifikasi berbagai aspek resiliensi yang dimiliki oleh partisipan, seperti optimisme, empati, regulasi emosi, dan analisis kausal, Ini memberikan wawasan penting tentang bagaimana mahasiswa dapat mengatasi tantangan yang mereka hadapi, (3) Temuan penelitian menunjukkan pentingnya pengembangan dan penguatan aspek-aspek resiliensi, saran mengenai integrasi program pengembangan resiliensi dalam pendampingan mahasiswa juga menjadi titik positif yang dapat diterapkan oleh institusi pendidikan dan penyelenggara beasiswa.

Selain itu terdapat beberapa keterbatasan dalam penelitian ini, yakni: (1) Penelitian ini hanya melibatkan empat partisipan, yang dapat membatasi generalisasi hasil temuan. Keberagaman dan karakteristik partisipan yang sedikit dapat mempengaruhi variasi data yang diperoleh. (2) Mengingat bahwa data diperoleh dari wawancara, ada kemungkinan bias atau subjektivitas dari partisipan yang dapat mempengaruhi hasil penelitian. Selain itu, tidak semua partisipan menunjukkan seluruh aspek resiliensi, sehingga gambaran yang diperoleh mungkin tidak sepenuhnya representative. (3) Beberapa partisipan melaporkan kurangnya dukungan dari orang-orang terdekat, yang bisa menjadi faktor penghambat dalam proses resiliensi mereka. Hal ini menunjukkan bahwa tidak semua partisipan memiliki latar belakang yang serupa, yang dapat mempengaruhi temuan

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa keempat partisipan menunjukkan tingkat resiliensi yang tinggi. Mereka mampu bangkit dari berbagai kesulitan hidup yang dihadapi, baik tantangan yang berasal dari dalam diri mereka maupun dari lingkungan eksternal. Terlebih lagi, sebagai penerima beasiswa daerah 3T, keempat partisipan dihadapkan pada berbagai tantangan yang umumnya dihadapi oleh masyarakat di daerah tersebut, seperti kendala aksesibilitas dan keterbatasan informasi. Namun demikian, hal ini tidak menghalangi mereka untuk mencapai tujuan mereka. Meskipun tidak semua aspek resiliensi muncul pada setiap partisipan, namun beberapa aspek yang muncul dapat diidentifikasi. Partisipan I, II, dan III memiliki gambaran resiliensi yang serupa, antara lain adalah sikap optimisme, keterlibatan sosial, empati, regulasi emosi, dan analisis kausal. Sementara itu, partisipan IV menunjukkan sikap optimisme, empati, keterlibatan sosial, dan analisis kausal.

Adapun saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut: (1) Penelitian ini hanya melibatkan empat partisipan. Sebaiknya, pada penelitian mendatang, jumlah partisipan diperluas untuk mendapatkan gambaran yang lebih komprehensif mengenai resiliensi mahasiswa dari berbagai latar belakang di daerah 3T, maka itu disarankan untuk menggabungkan pendekatan kualitatif dengan metode kuantitatif, sehingga data yang

diperoleh dapat lebih beragam dan mendalam. Survei dengan skala Likert, misalnya, dapat digunakan untuk mengukur tingkat resiliensi mahasiswa secara lebih luas. (2) Untuk meminimalkan potensi bias dari data wawancara, studi lanjutan sebaiknya mempertimbangkan penggunaan triangulasi data, seperti observasi langsung, catatan harian, atau kuesioner standar yang dapat mendukung hasil wawancara, hal ini akan meningkatkan validitas dan reliabilitas data. (3) Mengingat bahwa beberapa partisipan melaporkan kurangnya dukungan dari lingkungan terdekat, penting bagi penelitian selanjutnya untuk mengeksplorasi peran faktor sosial secara lebih mendalam. Studi lanjutan dapat membandingkan partisipan dengan tingkat dukungan sosial yang berbeda untuk melihat pengaruhnya terhadap resiliensi. (4) Diharapkan institusi pendidikan tidak hanya berfokus pada aspek akademik, tetapi juga memberikan dukungan psikologis dan program pengembangan resiliensi yang dirancang khusus bagi mahasiswa 3T.

DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, S., Asni, E., & Chairilisyah, D. (2014). Gambaran Ketangguhan Diri (Resiliensi) pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau. *Jom FK*, 1(2), 1–9. <https://www.neliti.com/id/publications/189043/gambaran-ketangguhan-diri-resiliensi-pada-mahasiswa-tahun-pertama-fakultas-kedok>
- Aryadelina, M., & Laksmiwati, H. (2019). *Resiliensi Remaja Dengan Latar Belakang Orang Tua Yang Bercerai*. 06(02), 1–10.

- <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/28855>
- Grafiyana, G. A. (2018). Dinamika resiliensi pada mahasiswa difabel UGM. *Jurnal Psycho Idea Universitas Muhammadiyah Purwokerto*, 16(2), 119–129.
<https://jurnalnasional.ump.ac.id/index.php/PSYCHOIDEA/article/view/3364>
- Grotberg, E. (2003). *Resilience for Today: Gaining Strength from Adversity*.
<https://doi.org/10.5040/9798216007999>
- Güleç, S. (2025). *Acta Psychologica The role of intrinsic spirituality , emotion dysregulation , and resilience on post-traumatic stress disorder symptoms in university students who survived earthquake*. 253(August 2024), 1–8.
- Harita, A. N. W., & Suryanto. (2023). Regulasi Diri Pada Mahasiswa Perantauan Di Surabaya. *Jurnal EMPATI*, 12(6), 441–455.
<https://doi.org/10.14710/empati.2023.32333>
- Hendriani, W. (2017). Adaptasi Positif Pada Resiliensi Akademik Mahasiswa Doktoral. *Humanitas*, 14(2), 139.
<https://doi.org/10.26555/humanitas.v14i1.5696>
- Jatnika, Y. (2024). *3 Ribu Lebih Siswa Papua Telah Memperoleh Beasiswa Afirmasi Pendidikan Tinggi (ADIK)*. Puslapdik,Kemdikbud.Go.Id.
<https://puslapdik.dikdasmen.go.id/3-ribu-lebih-siswa-papua-telah-memperoleh-beasiswa-afirmasi-pendidikan-tinggi-adik/>
- Julianti, R. (2021). *Hubungan Antara Optimisme Dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Islam Riau* [Universitas Islam Riau].
<https://repository.uir.ac.id/8821/>
- Liao, C., Ting, C., Cheng, Y., Chen, K., Liu, A., & Hsueh, T. (2025). *Acta Psychologica Exploring the sequential mediation model of coping humor , self-esteem , resilience , and subjective well-being among Taiwanese university students*. *Acta Psychologica*, 255(February), 104879.
<https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.104879>
- Mir'atannisa, I. M., Rusmana, N., & Budiman, N. (2019). Kemampuan Adaptasi Positif Melalui Resiliensi. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, 3(2), 70–76.
- Mustafa, M. R., & Hadiyati, F. N. R. (2019). Hubungan Antara Self Disclosure Dengan Resiliensi Pada Remaja Di Panti Asuhan Darussalam. *Jurnal EMPATI*, 8(1), 192–199.
<https://doi.org/10.14710/empati.2019.23594>
- Nashori, F., & Saputro, I. (2021). Psikologi Resiliensi. In *Universitas Islam Indonesia* (Issue 1).
https://www.researchgate.net/profile/Fuad-Nashori-3/publication/351283333_Psikologi_Resiliensi/links/608fcbf8458515d315f126f8/Psikologi-Resiliensi.pdf
- Nurfajriani, W. V., Ilhami, M. W., Mahendra, A., Sirodj, R. A., & Afgani, M. W. (2024). Triangulasi Data Dalam Analisis Data Kualitatif Wiyanda. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(17), 826–833.
<https://doi.org/https://doi.org/10.5281/zenodo.13929272>
- Pahlevi, G. R., & Salve, H. R. (2018). Regulasi Emosi Dan Resiliensi Pada Mahasiswa Merantau Yang Tinggal Di Tempat Kos. *Jurnal Psikologi*, 11(2), 180–189.
<https://doi.org/10.35760/psi.2018.v11i2.2263>
- Putri, D. M. K., Santi, D. E., & Kusumandari, R. (2023). Resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir : Bagaimana peranan optimisme dan efikasi diri? *SUKMA : Jurnal Penelitian Psikologi*, 4(1), 1–11.
<https://doi.org/10.30996/sukma.v4i1.8874>

RESILIENSI PADA MAHASISWA PENERIMA BEASISWA DAERAH 3T

Afsya Nelce Kemeray, Suryanto

- Riastri, A. B., Suryanto, & Noviekayati, I. (2020). Psychological Well-Being pada Mantan Penderita Skizofrenia. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 5(2), 110. <https://doi.org/10.24176/perseptual.v5i2.5115>
- 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. <https://doi.org/10.2174/0102506882322935241009111303>
- Situmorang, D. M., & Ayustia, R. (2019). Model Pembangunan Daerah 3T: Studi Kasus Daerah Perbatasan Kabupaten Bengkayang. *Mbia*, 18(1), 49–64. <https://doi.org/10.33557/mbia.v18i1.321>
- Usroh, L., & Ningrum, Y. R. (2018). Resiliensi Pada Mahasiswa Kerja Shift. *Proceeding National Conference Psikologi UMG*, 141–151. <https://journal.umg.ac.id/index.php/proceeding/article/view/906>
- Wahyudi, A., & Partini, S. (2019). Resiliensi Mahasiswa Penerima Bidik Misi. *Advice: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 1(2), 113. <https://doi.org/10.32585/advice.v1i2.594>
- Wulandari, & Kumalasari, D. (2022). Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa: Bagaimana Kaitannya Dengan Dukungan Dosen? *Jurnal Psikologi Malahayati*, 4(1), 19–30. <https://doi.org/10.33024/jpm.v4i1.5058>
- Yulianti, C. (2023). *Cerita Mahasiswa dari Daerah 3T Kuliah di ITB, Sempat Sulit Jalani Masa Transisi*. Detik.Com. <https://www.detik.com/edu/perguruan-tinggi/d-6774454/cerita-mahasiswa-dari-daerah-3t-kuliah-di-itb-sempat-sulit-jalani-masa-transisi>
- Zahra, F. H., Nabilah, H. R., & Wedyaswari, M. (2021). Resiliensi Mahasiswa Bidikmisi Tingkat Pertama Universitas Padjadjaran. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 6(1), 120–134. <https://doi.org/10.33367/psi.v6i1.1448>

RESILIENSI PADA MAHASISWA PENERIMA BEASISWA DAERAH 3T

Afsya Nelce Kemeray, Suryanto

Tabel 2

Pedoman Wawancara

PEDOMAN WAWANCARA BAGI MAHASISWA 3T RESILIENSI MAHASISWA PENERIMA BEASISWA DAERAH 3T			
No	Tema	Indikator	Pertanyaan Wawancara Mahasiswa 3T
1	Bagaimana gambaran Resiliensi pada mahasiswa penerima beasiswa 3T?	Regulasi Emosi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bagaimana perasaan anda ketika mengetahui informasi tentang beasiswa 3T? 2. coba ceritakan bagaimana cara anda mengungkapkan emosi yang sedang anda alami saat itu ? 3. adakah kendala dalam mengikuti tes beasiswa 3T, misal aksesibilitas seperti internet, kondisi jalan yang jauh dll? 4. Jika iya bagaimana usaha yang anda lakukan? Jika tidak bagaimana perasaan anda saat itu? 5. bagaimana pekerjaan orangtua anda? 6. Bagaimana respon keluarga (orangtua) ketika mengetahui anda ingin mengikuti tes beasiswa 3T? 7. Bagaimana perasaan anda ketika mendapat dukungan dari orangtua? 8. Ketika anda dinyatakan lulus beasiswa bagaimana perasaan anda saat itu?
2		Pengendalian impuls	<ol style="list-style-type: none"> 1. Adakah anda memiliki keinginan yang belum terwujud saat anda menjalani proses seleksi beasiswa 3T? 2. Bagaimana anda mengontrol keinginan tersebut? 3. Bagaimana cara anda untuk memenuhi keinginan anda? 4. Saat mengikuti seleksi, adakah tekanan yang dirasakan ? 5. Bagaimana cara anda meresponnya?
3		Optimisme	<ol style="list-style-type: none"> 1. adakah hal yang membuat anda termotivasi selama menjalani proses seleksi beasiswa 3T? Jika iya apakah itu? Jika tidak mengapa demikian? 2. Bagaimana anda memandang dan menilai diri anda sebagai mahasiswa penerima beasiswa 3T? 3. Bagaimana perasaan anda pada diri sendiri dan bagaimana anda memandang diri anda saat ini? 4. Bagaimana anda yakin dalam menjalani kehidupan kedepannya akan jauh lebih baik setelah menerima beasiswa 3T? 5. Saat ini apakah anda memiliki impian dimasa depan? Jika iya Bagaimana pandangan anda tentang masa depan? 6. Adakah hal yang ingin anda lakukan dimasa depan? 7. Bagaimana usaha anda untuk menggapai

RESILIENSI PADA MAHASISWA PENERIMA BEASISWA DAERAH 3T

Afsya Nelce Kemeray, Suryanto

		keinginan anda?
4	Casual Analysis	<ol style="list-style-type: none">1. Bagaimana cara anda untuk mengurangi emosi yang anda alami saat mengikuti seleksi beasiswa 3T?2. Ceritakan apa masalah terbesar yang pernah anda alami dan bagaimana hal itu bisa terjadi?3. Bagaimana anda biasa menyelesaikan masalah anda?
5	Empati	<ol style="list-style-type: none">1. Bagaimana tanggapan anda mengenai orang lain yang bernasib sama seperti anda misalnya sebagai penerima beasiswa 3T?2. Pernahkah anda memberikan semangat kepada orang lain yang menerima beasiswa 3T?3. Coba ceritakan, Bagaimana anda memberikan semangat tersebut?4. Bagaimana keadaan orang tersebut ketika anda menyemangatnya?
6	Efikasi diri	<ol style="list-style-type: none">1. Bagaimana anda yakin mampu melewati cobaan yang menimpa anda saat mengikuti seleksi beasiswa 3T?2. Bagaimana anda menyikapi tekanan dari lingkungan sosial?3. Ketika anda merasa ragu akan kemampuan diri anda, bagaimana cara anda mengatasinya?
7	Reaching Out	<ol style="list-style-type: none">1. Bagaimana usaha anda untuk bangkit dari peristiwa yang anda alami saat mengikuti seleksi beasiswa 3T?2. Coba ceritakan pelajaran apakah yang dapat anda ambil dari pengalaman hidup anda?
