



INSAN

Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental

<http://e-journal.unair.ac.id/index.php/IPKM>

p-ISSN 2528-0104 | e-ISSN 2528-5181



RESEARCH PAPER / ARTIKEL PENELITIAN

Academic Hardiness and Psychological Well-Being among University Students (*Ketangguhan Akademis dan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa*)

RAYDA ZHAVIRA & LISTYATI SETYO PALUPI*

Faculty of Psychology Universitas Airlangga

ABSTRACT

Psychological well-being has an important role in achieving academic success. However, the psychological well-being of college students tends to decrease as the years of study increase. This study aims to determine whether there is a correlation between academic hardiness and student psychological well-being. Quantitative research with a cross-sectional design was conducted on 148 students at Airlangga University. The Revised Academic Hardiness Scale and Javanese Psychological Well-Being Scale were used as data collection tools. The results of the hypothesis test show that there is a positive correlation with moderate strength between academic hardiness and psychological well-being in college students. The results of this study are useful for the development of positive psychology studies in the context of college students.

Keywords: *academic hardiness, college students, psychological well-being*

ABSTRAK

Kesejahteraan psikologis berperan penting untuk mewujudkan kesuksesan akademik. Namun, mahasiswa cenderung memiliki kesejahteraan psikologi yang rendah disebabkan oleh banyaknya tuntutan akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat korelasi antara ketangguhan akademik dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Penelitian kuantitatif dengan desain potong lintang dilakukan terhadap 148 mahasiswa di Universitas Airlangga. *Revised Academic Hardiness Scale* dan *Skala Javanese Psychological Well-Being* digunakan sebagai alat pengambilan data. Hasil uji hipotesis menunjukkan adanya korelasi positif dengan kekuatan moderat antara kedua variabel. Temuan ini bermanfaat terhadap pengembangan kajian psikologi positif pada konteks mahasiswa.

Kata kunci: *ketangguhan akademik, mahasiswa, kesejahteraan psikologis*

INSAN Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental, 2022, Vol. 7(2), 145-155, doi: 10.20473/jpkm.v7i22022.145-155

Sent: 12 December 2022 Accepted: 12 December 2022 Published: 20 December 2022

Editor: Nido Dipo Wardana

*Corresponding Author's Email: listyati.palupi@psikologi.unair.ac.id



This manuscript is under the open access policies and the Creative Common Attribution License (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>), therefore, any use, distribution, and reproduction of this article, in any media, is not restricted as long as its original source is properly cited.

INTRODUCTION

Going to college is a period of transition for individuals, where people experience contrast differences between school and university in terms of learning methods, academic load, and the social environment (Wardani, 2020). According to article 13 section (2) of the Indonesian Law Number 12 of 2012 about Higher Education, not only do university students have the obligation to self-develop through learning, but they are also expected to apply their knowledge for the benefit of the wider community. Hence, they often have to face challenges in their college life. Kumaraswamy (2013) stated that university students frequently found it difficult to cope with the ever-increasing academic load, to live independently in a new environment, to change their social life, and to adapt with new ways of thinking. This has the potential to alter their state of psychological well-being.

Beiter and colleagues (2015) in their study involving university students illustrated that their psychological well-being tended to worsen as their study progressed. Moreover, a low level of psychological well-being has been documented by Kurniasari and associates (2019). More specifically, a study by Saputra and Palupi (2020) involving 156 students from Universitas Airlangga, Indonesia found that 47.4% of them experienced a low level of psychological well-being, while the other 37.8% and 14.7% of the students exhibited moderate and high level of well-being, respectively. In a smaller sample (i.e., $n = 65$ students from Universitas Airlangga), Nashich and Palupi (2020) reported a similar trend where only 12.31% of the students showed a high degree of well-being, while the majority (67.69%) had a moderate level of well-being and the remaining 20% exhibited a low level of well-being.

Psychological well-being itself refers to a state wherein an individual sees themselves in a positive light, masters their environment, and has authority over themselves, positive relation with others, meaning and goals in life, and a drive to keep growing and developing (Ryff, 1995). This state is a capital to achieve favorable goals (Antaramian, 2015). A study by Miller and associates (2013) demonstrated that individuals with higher levels of psychological well-being tended to obtain higher levels of academic achievement as well.

Theoretically, psychological well-being may vary from person to person depending on their life experience and how each individual perceives it (Ryff, 1995). For university students, this has link to academic hardiness. Hardiness can be defined as a pattern of attitudes and strategies that enables individuals to perceive stressful situations as opportunities for self-growth (Maddi, 2013). It can help an individual deal with emotional or behavioral barriers related to academic demands (Wardani, 2020). People with higher academic hardiness tend to show higher drive for academic perfection and be more willing to face adversities for the sake of self-growth (Benishek et al., 2005). Further, academic hardiness acts as a bumper in dealing with stress and it can reduce anxiety and depression as well as it increases health and happiness (Nayyeri & Aubi, 2011). This, in turn, can predict the development of psychological well-being.

Therefore, this study aimed to investigate the association between academic hardiness and psychological well-being among students of Universitas Airlangga. We hypothesized a significant correlation between the two variables.

METHOD

Research Design

This quantitative study used a cross-sectional survey. This design is deemed appropriate for the aim of the study, that is to investigate the correlation between academic hardiness and psychological well-being among university students.

Participants

Participants in this study were 148 active, undergraduate students at Universitas Airlangga with age ranging from 17 to 23 years who were recruited through snowball sampling. Based on an estimation using G*Power version 3.1.9.7, in order to detect an effect size of 0.38 (predetermined based on a study by Nayyeri and Aubi (2011)) with a power size of 0.95 and 0.5 significance level, a minimum sample of 84 was required. Thus, the obtained sample size was adequate to capture an effect of that size.

The majority of participants (91.9%) was female. The sample consisted of senior year (18.2%), junior year (70.3%), sophomore year (10.1%), and freshman year (1.4%) students. All participants filled out an informed consent form prior to data collection.

Measures

The instrument used for measurement of academic hardiness was the Revised Academic Hardiness Scale (RAHS) which consists of 40 items with four-point Likert scale (i.e., 1 = "strongly disagree", 2 = "disagree", 3 = "agree", 4 = "strongly agree") (Benishek et al., 2005). It measures four dimensions, namely commitment, challenge, control of effort, and control of affect. In this study, RAHS was translated into Indonesian by researchers and subsequently evaluated for its content validity by three experts. The global score of this Indonesian version showed good internal consistency with a Cronbach Alpha of $\alpha = 0.77$.

Meanwhile, psychological well-being was assessed using the Javanese Psychological Well-being scale, comprising 18 items with seven-point Likert scale (1 = "strongly agree", 2 = "agree", 3 = "somewhat agree", 4 = "neutral or neither agree nor disagree", 5 = "somewhat disagree", 6 = "disagree", 7 = "strongly disagree") (Palupi, 2018). It has six dimensions, namely life satisfaction, environmental mastery, hope, happiness in life, self-awareness, sense of freedom. Its global scale had good internal consistency with a Cronbach Alpha of $\alpha = 0.86$.

Data Analysis

All data were analyzed using *Jamovi 1.2.27 for Windows*. Assumption testing yielded normal distribution of the variables and indicated a linear trend between them. Therefore, the Pearson's Product Moment technique was chosen.

RESULTS

Table 1 summarizes the descriptive statistics of academic hardiness and psychological well-being. On average, participants scored 109 ($SD = 8.57$) on academic hardiness and 40 ($SD = 11.7$) on psychological well-being. Furthermore, referring to hypothetical statistics-based categorization (Widhiarso, 2014), only 8.1% of participants were classified as having a high level of academic hardiness, while the remaining 91.9% were within the moderate category. In terms of psychological well-being, the majority

of participants (81.1%) showed a moderate level of well-being, while the proportions of participants within the high and low category were 18.2% and 0.7%, respectively.

Table 1. Descriptive Statistics of the Research Variables

| | Academic Hardiness | Psychological Well-being |
|--------------------|--------------------|--------------------------|
| N | 148 | 148 |
| Mean | 109 | 80.1 |
| Median | 108 | 79 |
| Minimum | 88 | 40 |
| Maximum | 150 | 122 |
| Standard Deviation | 8.57 | 11.7 |

Further, based on the Pearson's correlation test, a positive association was found between academic hardiness and psychological well-being with a moderate effect size ($r = 0.54$, 95% *CI* [0.42 0.65], $p < 0.001$).

DISCUSSION

This study aimed to investigate the link between academic hardiness and psychological well-being among undergraduate students. Descriptively, most students were found to have moderate levels of academic hardiness and psychological well-being. It is in line with a trend reported by a previous study involving the same population by Nasich and Palupi (2020). Moreover, hypothesis testing indicated that higher level of academic hardiness was associated with higher psychological well-being.

This confirms a previous finding reported by Wardani (2020) that academic hardiness is directly involved in the development of psychological well-being. Kobasa (1979) views hardiness as a personality trait that acts as a resource in dealing with pressure in life. She even argues that low levels of hardiness may cause physical and psychological health disturbances. Indeed, personality trait is a determinant factor of psychological well-being (Ryff, 2014).

Furthermore, Skomorovsky and Sodom (2011) found that all aspects of academic hardiness (i.e., commitment, control, and challenge) were significant predictors of psychological well-being. Those with high commitment tends to show high dedication and involvement in every task and possess a drive to pursue academic perfection (Benishek & Lopez, 2001). Additionally, in terms of control, hardy individuals tend to have internal locus of control, facilitating them to direct their behaviors in times of difficulties (Benishek & Lopez, 2001; Nayyeri & Aubi, 2011).

Another important aspect of academic hardiness is challenges. Ausie and colleagues (2018) states that individuals who show academic hardiness tend to be braver in facing academic demands. They also have a learning-based orientation (Benishek et al., 2005) and the tendency to perceive academic demands as potentials for self-growth (Wardani, 2020). These give them an intrinsic motivation to be engaged in academic tasks and constant self-development (Skomorovsky & Sodom, 2011). Thus, hardy individuals are better capable to persist and flourish under pressure (Maddi, 2004).

However, although the finding in this study confirms the link between academic hardiness and psychological well-being, this association has a medium effect size. A moderate correlation was also reported by Shabrina and Hartini (2021). It might be due to several factors. For instance, Wardani (2020) found that the association between these two variables was mediated by transformational

coping (i.e., the ability to perceive stressful events as opportunities, instead of threats) and social support. Unfortunately, this study did not involve these two important factors. Therefore, future studies should address this limitation by incorporating these two variables and identifying others that might interact with academic hardiness and psychological well-being among university students.

CONCLUSION

The finding of this study provided evidence of a positive correlation between academic hardiness and psychological well-being using a sample of undergraduate students from Universitas Airlangga. It was found that students with higher levels of academic hardiness were more likely to show higher levels of psychological well-being. However, this association had a moderate effect size. Follow-up studies need to consider the role of transformational coping, social support, and other variables which roles are still to be identified for the link between academic hardiness and psychological well-being.



INSAN

Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental

<http://e-journal.unair.ac.id/index.php/IPKM>

p-ISSN 2528-0104 | e-ISSN 2528-5181



Ketangguhan Akademis dan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa

Memasuki perguruan tinggi merupakan masa transisi bagi individu, di mana terdapat perbedaan yang cukup tajam antara sekolah dan kuliah yang terletak pada model belajar, beban akademik, serta lingkungan sosialnya (Wardani, 2020). Menurut Undang-undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi Pasal 13 ayat 2, mahasiswa tidak hanya memiliki kewajiban untuk mengembangkan diri dengan belajar, melainkan juga diharapkan mampu mengamalkan ilmu yang dimilikinya untuk dapat bermanfaat bagi masyarakat luas. Dengan demikian, mahasiswa sering kali mengalami berbagai tuntutan dalam kehidupan perkuliahannya. Menurut Kumaraswamy (2013), mahasiswa sering kali mengalami kesulitan dalam menghadapi beban akademik yang semakin bertambah, membiasakan diri hidup mandiri di lingkungan baru, kehidupan sosial yang berubah, serta proses adaptasi dengan cara berpikir yang baru. Kesulitan yang dihadapi mahasiswa dapat mempengaruhi kondisi kesejahteraan psikologis mereka.

Beiter dan kawan-kawan (2015) dalam penelitiannya pada mahasiswa menemukan bahwa kesejahteraan psikologis cenderung memburuk seiring bertambahnya semester. Kondisi kesejahteraan psikologis yang tergolong rendah mahasiswa juga dilaporkan oleh Kurniasari dan kolega (2019). Secara lebih spesifik, sebuah studi pada 156 mahasiswa Universitas Airlangga oleh Saputra dan Palupi (2020) menemukan bahwa 47,4% mahasiswa memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang rendah, sementara 37,8% mahasiswa memiliki tingkat sedang dan hanya 14,7% lainnya berada pada kategori tinggi. Pada sampel yang lebih kecil (yakni, $n = 65$ mahasiswa Universitas Airlangga), Nashich dan Palupi (2020) melaporkan tren yang serupa di mana hanya 12,31% mahasiswa menunjukkan tingkat kesejahteraan yang tinggi, sementara mayoritas (67,69%) mahasiswa memiliki tingkat kesejahteraan yang sedang dan 20% sisanya pada tingkat rendah

Kesejahteraan psikologis sendiri merupakan kondisi di mana seseorang memiliki pandangan positif akan diri sendiri, penguasaan lingkungan, kewenangan atas dirinya sendiri, relasi positif dengan orang lain, memiliki tujuan dan makna hidup, serta perasaan untuk terus tumbuh dan berkembang (Ryff, 1995). Kondisi ini menjadi bekal bagi tercapainya tujuan yang diinginkan (Antaramian, 2015). Penelitian yang dilakukan oleh Miller dan kawan-kawan (2013) menunjukkan bahwa individu dengan tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi cenderung memiliki pencapaian akademik yang tinggi pula.

Secara teoretik, kesejahteraan psikologis dapat berbeda-beda pada setiap individu tergantung pada pengalaman hidup yang terjadi serta bagaimana individu menginterpretasi pengalaman tersebut (Ryff, 1995). Pada mahasiswa, hal ini berkaitan dengan ketangguhan akademik. Ketangguhan dapat didefinisikan sebagai suatu pola sikap dan strategi yang dimiliki oleh individu agar dapat memersepsikan keadaan yang penuh tekanan sebagai suatu kesempatan berharga untuk mengembangkan dirinya (Maddi, 2013). Hal ini dapat membantu individu menghadapi hambatan emosional maupun perilaku terkait tuntutan akademik (Wardani, 2020). Individu dengan ketangguhan akademik cenderung menunjukkan kemauan yang besar untuk mencapai kesempurnaan pada setiap aktivitas akademik yang dijalani dan bahkan bersedia menjalani setiap proses atau kondisi sulit dengan tujuan pengembangan diri (Benishek dkk., 2005). Lebih jauh, ketangguhan akademik berperan sebagai penahan dalam melawan stres, mengurangi kecemasan dan depresi, serta meningkatkan kesehatan dan kebahagiaan individu (Nayyeri & Aubi, 2011). Hal ini pada gilirannya dapat memprediksi terciptanya kesejahteraan psikologis.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara ketangguhan akademik dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa Universitas Airlangga. Studi ini berhipotesis bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara keduanya.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian kuantitatif ini menggunakan survei potong lintang. Desain ini sesuai dengan tujuan penelitian yang ingin mengkaji hubungan korelasional antara ketangguhan akademik dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa.

Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif program studi S1 Universitas Airlangga (N=148) dengan rentang usia 17-23 tahun yang direkrut melalui *snowball sampling*. Berdasarkan perhitungan menggunakan aplikasi G*Power versi 3.1.9.7, untuk mendeteksi ukuran efek sebesar 0,38 (berdasarkan studi oleh Nayeri dan Aubi (2011)) dengan kekuatan statistik sebesar 0,95 dan taraf signifikansi sebesar 0,5, jumlah sampel minimum yang dibutuhkan adalah 84. Dengan demikian, ukuran sampel dalam studi ini memadai untuk mendeteksi ukuran efek tersebut.

Mayoritas partisipan (91,9%) dalam penelitian ini adalah perempuan. Sampel terdiri dari mahasiswa tahun keempat (18,2%), tahun ketiga (70,3%), tahun kedua (10,1%), dan tahun pertama (1,4%). Seluruh partisipan mengisi formulir Persetujuan Setelah Penjelasan sebelum pengambilan data dilakukan.

Pengukuran

Instrumen yang digunakan untuk mengukur ketangguhan akademik adalah *Revised Academic Hardiness Scale* (RAHS) yang memiliki 40 butir dengan skala Likert 4 poin (1= "sangat tidak setuju", 2= "tidak setuju", 3= "setuju", 4= "sangat setuju") (Benishek dkk., 2005). RAHS dapat mengukur empat dimensi, yaitu komitmen, tantangan, kendali usaha, dan kendali afek. Dalam studi ini, RAHS diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia oleh peneliti dan kemudian diuji validitas isinya oleh tiga orang ahli. Skor global dari versi Indonesia ini memiliki konsistensi internal yang baik dengan koefisien Alfa Cronbach sebesar $\alpha = 0,77$.

Sementara itu, kesejahteraan psikologis diukur menggunakan skala *Javanese Psychological Well-Being* yang terdiri dari 18 butir dengan skala Likert 7 poin (1= "sangat setuju sekali", 2= "sangat setuju", 3= "setuju", 4= "netral atau tidak keduanya", 5= "tidak setuju", 6= "sangat tidak setuju", 7= "sangat tidak setuju sekali") (Palupi, 2018). Instrumen ini mengukur enam dimensi, yaitu kepuasan hidup, penguasaan lingkungan, harapan, kebahagiaan dalam hidup, mawas diri, dan rasa bebas. Skor global skala *Javanese Psychological Well-Being* memiliki konsistensi internal yang baik dengan koefisien Alfa Cronbach sebesar $\alpha = 0,86$.

Analisis Data

Seluruh data yang terkumpul dalam penelitian ini dianalisis menggunakan perangkat lunak *Jamovi 1.2.27 for Windows*. Hasil uji asumsi menunjukkan bahwa data berdistribusi normal dan

mengindikasikan hubungan yang linear dari kedua variabel, sehingga peneliti melakukan analisis dengan menggunakan teknik korelasi Produk Momen Pearson.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1 merangkum statistika deskriptif dari ketangguhan akademik dan kesejahteraan psikologis. Dapat dilihat bahwa rerata partisipan memiliki skor ketangguhan akademik sebesar 109 (SD = 8,57) dan skor kesejahteraan psikologis sebesar 40 (SD = 11,7). Lebih lanjut, mengacu pada kategorisasi berdasarkan statistika hipotetis (Widhiarso, 2014), hanya 8,1% partisipan yang tergolong memiliki ketangguhan akademik tinggi, sementara 91,9% sisanya tergolong pada kategori sedang. Dalam hal kesejahteraan psikologis, mayoritas partisipan (81,1%) menunjukkan tingkat kesejahteraan yang sedang, sementara proporsi partisipan dengan tingkat kesejahteraan psikologis tinggi dan rendah adalah 18,2% dan 0,7% secara berturut-turut.

Tabel 1. Statistika Deskriptif Variabel Penelitian

| | Ketangguhan Akademik | Kesejahteraan Psikologis |
|-----------------|----------------------|--------------------------|
| N | 148 | 148 |
| Rerata | 109 | 80,1 |
| Median | 108 | 79 |
| Minimum | 88 | 40 |
| Maksimum | 150 | 122 |
| Standar Deviasi | 8,57 | 11,7 |

Kemudian, berdasarkan hasil uji korelasi Pearson, diketahui bahwa ketangguhan akademik dan kesejahteraan psikologis berkorelasi positif dengan ukuran efek sedang ($r = 0,54$; 95% CI [0,42 0,65]; $p < 0,001$).

DISKUSI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara ketangguhan akademik dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa. Secara deskriptif, ditemukan bahwa sebagian besar mahasiswa dalam penelitian ini menunjukkan tingkat ketangguhan akademik dan kesejahteraan psikologis yang sedang. Tren ini sejalan dengan studi terdahulu yang dilakukan pada populasi yang sama (yakni mahasiswa Universitas Airlangga) oleh Nashich dan Palupi (2020). Lebih lanjut, hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa ketangguhan akademik yang tinggi cenderung disertai dengan tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi pula.

Hal ini sesuai dengan temuan terdahulu yang dilaporkan oleh Wardani (2020) bahwa ketangguhan akademik berperan langsung dalam pembentukan kesejahteraan psikologis. Kobasa (1979) memandang ketangguhan sebagai suatu karakteristik kepribadian yang berperan sebagai sumber daya dalam menghadapi tekanan hidup. Ia bahkan berpendapat bahwa ketangguhan yang rendah akan menyebabkan permasalahan kesehatan fisik maupun psikologis. Memang, ciri kepribadian merupakan salah satu faktor determinan dari kesejahteraan psikologis (Ryff, 2014).

Lebih jauh, Skomorovsky dan Sudom (2011) menemukan bahwa tiap aspek dalam ketangguhan akademik (yakni, komitmen, kendali, dan tantangan) merupakan prediktor yang signifikan dari kesejahteraan psikologis. Individu dengan tingkat komitmen yang tinggi menunjukkan dedikasi dan keterlibatan yang tinggi dalam setiap tugasnya serta memiliki dorongan untuk mencapai kesempurnaan

akademik (Benishek & Lopez, 2001). Kemudian, terkait aspek kendali, individu yang tangguh cenderung memiliki lokus kendali internal, sehingga lebih mampu mengarahkan perilakunya ketika dalam kesulitan (Benishek & Lopez, 2001; Nayyeri & Aubi, 2011).

Aspek ketangguhan akademik yang tidak kalah penting adalah tantangan. Ausie dan kawan-kawan (2018) menyatakan bahwa individu dengan ketangguhan akademik cenderung lebih berani menghadapi tuntutan akademik. Mereka juga memiliki orientasi berbasis pembelajaran (Benishek dkk., 2005) dan cenderung memersepsikan tuntutan akademik sebagai potensi pengembangan diri (Wardani, 2020). Hal ini membuat mereka memiliki motivasi intrinsik untuk terlibat dalam tugas akademik dan terus mengembangkan diri (Skomorovsky & Sudom, 2011). Dengan demikian, individu yang tangguh lebih mampu bertahan dan bahkan tumbuh dalam situasi penuh tekanan (Maddi, 2004).

Namun, meskipun temuan dalam studi ini mengonfirmasi hubungan antaran ketangguhan akademik dan kesejahteraan psikologis, asosiasi ini memiliki ukuran efek yang sedang. Korelasi moderat juga dilaporkan oleh studi oleh Shabrina dan Hartini (2021). Hal ini mungkin disebabkan oleh beberapa faktor. Misalnya, Wardani (2020) menemukan bahwa hubungan kedua variabel ini dimediasi oleh koping transformasionalis (yakni, kemampuan memandang situasi yang menekan sebagai sebuah kesempatan dan bukan sebagai ancaman) dan dukungan sosial. Sayangnya, penelitian ini tidak melibatkan kedua faktor ini. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya perlu untuk menanggapi kelemahan studi ini dengan mengikutsertakan variabel-variabel ini dan mengidentifikasi variabel lain yang juga dapat berinteraksi dengan ketangguhan akademik dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa.

SIMPULAN

Temuan penelitian ini memberikan bukti korelasi positif antara ketangguhan akademik dan kesejahteraan psikologis menggunakan sampel mahasiswa Universitas Airlangga. Ditemukan bahwa mahasiswa dengan tingkat ketangguhan akademik yang tinggi cenderung menunjukkan tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi pula. Akan tetapi, asosiasi ini hanya memiliki ukuran efek sedang. Studi lanjutan perlu mempertimbangkan peran koping transformasionalis, dukungan sosial, dan variabel lainnya yang masih perlu diidentifikasi dalam hubungan antara ketangguhan akademik dan dukungan sosial.

AKNOWLEDGEMENTS / UCAPAN TERIMA KASIH

The authors would like to thank the students of Universitas Airlangga who took time to participate in this study. The authors are also grateful to the expert judge who have been willing to take the time and providing advice. / *Penulis mengucapkan terima kasih kepada teman-teman mahasiswa Universitas Airlangga yang telah menyediakan waktunya untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Penulis juga berterima kasih kepada ketiga expert judgement yang telah bersedia meluangkan waktu dan memberikan saran serta masukannya.*

DISCLOSURE OF POTENTIAL CONFLICTS OF INTERENST / DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Rayda Zhavira and Listyati Setyo Palupi do not work for, be a consultant of, own any stock of, or receive funds from any company or organization that will profit from this manuscript, and have disclosed that they have no affiliations other than those stated above. / *Rayda Zhavira dan Listyati Setyo Palupi tidak*

bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi mana pun yang mungkin akan mengambil untung dari diterbitkannya naskah ini.

REFERENCES / PUSTAKA ACUAN

- Antaramian, S. (2015). Assessing Psychological Symptoms and Well-Being: Application of a Dual-Factor Mental Health Model to Understand College Student Performance. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 33(5), 419–429. <https://doi.org/10.1177/0734282914557727>
- Ausie, R. K., Wardani, R., & Selly, S. (2018). Hubungan antara Hardiness dan Kesejahteraan Psikologis pada Calon Bintara Korps Wanita Angkatan Darat (KOWAD) di Pusat Pendidikan KOWAD Bandung. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 1(3), 209. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v1i3.758>
- Beiter, R., Nash, R., McCrady, M., Rhoades, D., Linscomb, M., Clarahan, M., & Sammut, S. (2015). The prevalence and correlates of depression, anxiety, and stress in a sample of college students. *Journal of Affective Disorders*, 173, 90–96. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2014.10.054>
- Benishek, L. A., Feldman, J. M., Shipon, R. W., Mecham, S. D., & Lopez, F. G. (2005). Development and Evaluation of the Revised Academic Hardiness Scale. *Journal of Career Assessment*, 13(1), 59–76. <https://doi.org/10.1177/1069072704270274>
- Benishek, L. A., & Lopez, F. G. (2001). Development and Initial Validation of a Measure of Academic Hardiness. *Journal of Career Assessment*, 9(4), 333–352. <https://doi.org/10.1177/106907270100900402>
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(1), 1–11. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.37.1.1>
- Kumaraswamy, N. (2013). Academic Stress, Anxiety and Depression among College Students—A Brief Review. *International Review of Social Sciences and Humanities*, 5(1), 135–143.
- Kurniasari, E., Rusmana, N., & Budiman, N. (2019). Gambaran Umum Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, 3(2), 52–58.
- Maddi, S. R. (2004). Hardiness: An Operationalization of Existential Courage. *Journal of Humanistic Psychology*, 44(3), 279–298. <https://doi.org/10.1177/0022167804266101>
- Maddi, S. R. (2013). *Hardiness: Turning Stressful Circumstances into Resilient Growth*. Springer Netherlands. <https://doi.org/10.1007/978-94-007-5222-1>
- Miller, S., Connolly, P., & Maguire, L. K. (2013). Wellbeing, academic buoyancy and educational achievement in primary school students. *International Journal of Educational Research*, 62, 239–248. <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2013.05.004>
- Nashich, T., & Palupi, L. S. (2020). The Relationship between Social Support and The Psychological Well-being of Students Who Work Part-time. *E3S Web of Conferences*, 202, 12024. <https://doi.org/10.1051/e3sconf/202020212024>

- Nayyeri, M., & Aubi, S. (2011). Prediction well-being on basic components of hardiness. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 1571–1575. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.305>
- Palupi, L. S. (2018). Psychological Wellbeing of Elderly People in Indonesia: Javanese Psychological Wellbeing Perspective. *Studia Universitatis Moldaviae*, 119(9), 177–180.
- Ryff, C. D. (1995). Psychological Well-Being in Adult Life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99–104. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10772395>
- Ryff, C. D. (2014). Psychological Well-Being Revisited: Advances in the Science and Practice of Eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10–28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
- Saputra, M. R., & Palupi, L. S. (2020). Relationship between Social Support and Psychological Well-Being of the Final Year Students. *E3S Web of Conferences*, 202, 12027. <https://doi.org/10.1051/e3sconf/202020212027>
- Shabrina, S., & Hartini, N. (2021). Hubungan antara Hardiness dan Daily Spiritual Experience dengan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(1), 930–937. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.27599>
- Skomorovsky, A., & Sudom, K. A. (2011). Role of Hardiness in the Psychological Well-being of Canadian Forces Officer Candidates. *Military Medicine*, 176(1), 7–12. <https://doi.org/10.7205/MILMED-D-10-00325>
- Wardani, R. (2020). Academic Hardiness, Skills, and Psychological Well-being on New Student. *Jurnal Psikologi*, 19(2), 188–200. <https://doi.org/10.14710/jp.19.2.188-200>
- Widhiarso, W. (2014). *Pengategorian Data dengan Menggunakan Statistik Hipotetik dan Statistik Empirik*. Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada. <http://widhiarso.staff.ugm.ac.id/wp/wp-content/uploads/Widhiarso-Pengategorian-Data-dengan-Menggunakan-Statistik-Hipotetik-dan-Statistik-Empirik.pdf>