

**PERAN *RESILIENSI* DALAM MEMBENTUK PENYESUAIAN
SOSIAL PADA MAHASISWA YANG BERPOSISI SEBAGAI
ANAK TENGAH
SKRIPSI**



oleh

Handhala Al Ashshidie Wotan

NIM. 220401110209

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2026

HALAMAN JUDUL

**PERAN *RESILIENSI* DALAM MEMBENTUK PENYESUAIAN
SOSIAL PADA MAHASISWA YANG BERPOSISI SEBAGAI**

ANAK TENGAH

SKRIPSI

Diajukan kepada

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk

memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana

Psikologi (S.Psi)

oleh

Handhala Al Ashshidie Wotan

NIM. 220401110209

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK

IBRAHIM MALANG

2026

HALAMAN PERSETUJUAN

PERAN *RESILIENSI* DALAM MEMBENTUK PENYESUAIAN SOSIAL PADA MAHASISWA YANG BERPOSISI SEBAGAI ANAK TENGAH SKRIPSI

Oleh

Handhala Al Ashshidie Wotan

NIM. 220401110209

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
Dosen Pembimbing 1 <u>Hamim, M.Pd.I.</u> NIP. 198220507201802011209		17/6 2026
Dosen Pembimbing 2 <u>Hilda Halida, M.Psi., Psikolog</u> NIP. 199105122023212062		18/6 2026

Malang, 18 Juni 2026

Mengetahui

Ketua Program Studi



Dr. Fina Hidayati, M.A.

NIP. 198610092015032002

LEMBAR PENGESAHAN

**PERAN *RESILIENSI* DALAM MEMBENTUK PENYESUAIAN
SOSIAL PADA MAHASISWA YANG BERPOSISI SEBAGAI
ANAK TENGAH
SKRIPSI**

oleh

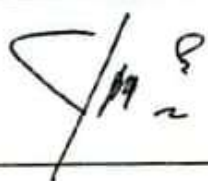
Handhala Al Ashshidie Wotan

NIM. 220401110209

Telah diujikan dan dinyatakan LULUS oleh Dewan Penguji Skripsi dalam Majelis

Sidang Skripsi Pada tanggal 10 Juli 2026

DEWAN PENGUJI SKRIPSI

Dosen Pembimbing	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
Sekretaris Ujian <u>Hamim, M.Pd.I.</u> NIP. 198220507201802011209		30/07 2026
Ketua Penguji <u>Hilda Halida, M.Psi., Psikolog</u> NIP. 199105122023212062		29/07 2026
Penguji Utama <u>Prof. Dr. H. Rahmat Aziz, M.Si</u> NIP. 197008132001121001		23/07 2026

Disyahkan oleh,



Prof. Dr. Hj. Siti Mahmudah, M.Si.
NIP. 196710291994032001

NOTA DINAS

Kepada Yth.,
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim
Malang

Assalamu 'alaikum wr. wb

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap naskah Skripsi berjudul :

**PERAN RESILIENSI DALAM MEMBENTUK PENYESUAIAN SOSIAL
PADA MAHASISWA YANG BERPOSISI SEBAGAI ANAK TENGAH**

Yang ditulis oleh :

Nama : Handhala Al Ashshidie Wotan
NIM : 220401110209
Program : S1 Psikologi

Saya berpendapat bahwa Skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk diujikan dalam Sidang Ujian Skripsi.

Wassalamu 'alaikum wr.wb.

Malang, 18 Juni 2026
Dosen Pembimbing 1,



Hamim, M.Pd.I
NIP. 198220507201802011209

NOTA DINAS

Kepada Yth.,
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim
Malang

Assalamu 'alaikum wr. wb

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap naskah Skripsi berjudul :

**PERAN *RESILIENSI* DALAM MEMBENTUK PENYESUAIAN SOSIAL
PADA MAHASISWA YANG BERPOSISI SEBAGAI ANAK TENGAH**

Yang ditulis oleh :

Nama : Handhala Al Ashshidie Wotan
NIM : 220401110209
Program : S1 Psikologi

Saya berpendapat bahwa Skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk diujikan dalam Sidang Ujian Skripsi.

Wassalamu 'alaikum wr.wb.

Malang, 18. Juni 2026
Dosen Pembimbing 2,



Hilda Halida, M.Psi, Psikolog
NIP. 199105122023212062

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Handhala Al Ashshidie Wotan
NIM : 220401110209
Program : S1 Psikologi

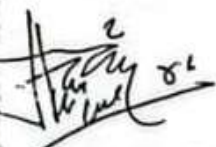
Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul **PERAN RESILIENSI DALAM MEMBENTUK PENYESUAIAN SOSIAL PADA MAHASISWA YANG BERPOSISI SEBAGAI ANAK TENGAH**, adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika dikemudian hari ada claim dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar saya bersedia mendapatkan sanksi.

Malang, 19 Juni 2026

Penulis




Handhala Al Ashshidie Wotan
NIM. 220401110209

MOTTO

“Bukan kuat karena tidak pernah jatuh, tetapi kuat karena selalu bangkit setelah jatuh.”

— *Nelson Mandela*

“فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا”

“Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.”

(QS. Al-Insyirah: 6)

PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur ke hadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat, karunia, serta kemudahan yang diberikan, peneliti dapat menyelesaikan karya ilmiah ini sebagai salah satu bentuk tanggung jawab akademik. Penyusunan penelitian ini tidak terlepas dari berbagai tantangan dan proses yang panjang, namun berkat doa, dukungan, serta motivasi dari berbagai pihak, peneliti mampu melewati setiap tahap dengan baik hingga penelitian ini terselesaikan. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati dan rasa hormat, peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Kedua orang tua tersayang, ibu ana dan bapak syam, yang jauh disebrang, walau jarang sekali bertemu dan bertelpon, namun selalu berjuang dan mendoakan, yang terbaik, yang menjadi sumber kekuatan utama dalam setiap langkah kehidupan. Segala usaha, kerja keras, dan dukungan yang telah diberikan menjadi alasan terbesar penulis untuk terus bertahan dan menyelesaikan karya ini. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan kesehatan, keberkahan, dan balasan terbaik atas segala kebaikan yang telah diberikan kepada penulis.
2. Untuk kakek dan nenek tercinta, Mbah Putri dan Mbah Kung, yang sudah menemani peneliti selama menempuh pendidikan di pulau Jawa ini selama 6 tahun lebih. Terima kasih atas kasih sayang yang tulus, kesabaran yang tidak terbatas, serta doa dan dukungan yang selalu menguatkan penulis dalam setiap keadaan. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan kesehatan, umur yang berkah, serta balasan

kebaikan yang tidak terputus atas segala cinta dan pengorbanan yang telah diberikan.

3. Keluarga besar penulis yang telah memberikan dukungan, perhatian, serta doa dalam setiap proses kehidupan dan pendidikan. Terima kasih kepada Budhe Rini yang telah menemani perjalanan pendidikan penulis sejak awal hingga mengantarkan penulis ke Malang untuk melanjutkan studi di perguruan tinggi. Terima kasih juga kepada Budhe Titik, Mama Bana, dan Tante Irma yang senantiasa memberikan dukungan moral, perhatian, serta semangat di setiap keadaan.

Kepada kakak penulis, Annisa Dhaifah, terima kasih atas dukungan, arahan, serta perhatian yang selalu diberikan. Untuk adik-adik penulis, Nabil, Athiya, dan Azam, terima kasih atas doa dan dukungannya.

Serta kepada seluruh keluarga besar yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, terima kasih atas segala doa, bantuan, dan kebaikan yang telah diberikan selama ini. Semoga Allah SWT senantiasa membalas semua kebaikan dengan keberkahan dan kebahagiaan yang berlimpah.

4. Teman-teman Aslab 25 yang telah menjadi bagian penting dalam perjalanan akhir penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas kebersamaan, bantuan, diskusi, serta semangat yang selalu diberikan selama proses perjuangan di akhir semester ini. Kehadiran kalian memberikan suasana yang lebih ringan dalam menghadapi tekanan dan tantangan akademik, serta menjadi ruang untuk saling mendukung satu sama lain. Semoga

kebersamaan ini tetap terjaga dan setiap kebaikan yang diberikan menjadi amal yang bernilai di sisi Allah SWT.

5. Teman-teman Sobat Telogo yang telah menemani penulis selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas kebersamaan, cerita, canda, dan tawa yang selalu menjadi penyemangat serta menghibur penulis, terutama di saat-saat merasa lelah dan penat dalam menyelesaikan skripsi.
6. Teman-teman kelas “Everlasting” yang telah menemani penulis selama tujuh semester di Program Studi Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Terima kasih atas kebersamaan, cerita, dukungan, serta segala bentuk bantuan yang telah diberikan selama proses perkuliahan berlangsung. Kehadiran kalian menjadi bagian penting dalam perjalanan akademik ini, baik dalam suka maupun duka, serta memberikan banyak pelajaran tentang kebersamaan dan perjuangan. Semoga hubungan baik ini tetap terjaga dan setiap langkah kita ke depan senantiasa diberi kemudahan oleh Allah SWT.
7. Teman-teman KKM yang telah menjadi bagian dari pengalaman pengabdian dan proses pembelajaran penulis di lapangan. Terima kasih atas kerja sama, kebersamaan, serta dukungan yang telah diberikan. Setiap pengalaman yang dilalui menjadi pelajaran berharga yang tidak terlupakan dalam perjalanan akademik ini.

Semoga Allah SWT senantiasa membalas segala kebaikan semua pihak yang telah memberikan bantuan, doa, serta dukungan dalam proses penyusunan

penelitian ini. Penulis menyadari bahwa karya ini masih memiliki keterbatasan, namun besar harapan agar hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat, menambah wawasan, serta dapat digunakan sebagaimana mestinya dalam pengembangan ilmu pengetahuan.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah Swt. atas segala rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga skripsi ini dapat disusun dan diselesaikan dengan baik. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad saw., yang telah membawa umat manusia menuju peradaban ilmu pengetahuan dan akhlak yang mulia.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu tahapan akademik dalam rangka memenuhi persyaratan kelulusan pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Penyusunan skripsi ini tidak hanya merupakan bentuk tanggung jawab akademik, tetapi juga menjadi proses pembelajaran yang memperkaya wawasan ilmiah, khususnya dalam bidang psikologi yang menjadi fokus penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa proses penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari dukungan, bimbingan, dan bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Rektor UIN Maulana Malik Ibrahim Malang Prof. Dr. Hj. Ilfi Nur Diana, M.si., CAHRM, CRMP selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang beserta jajaran pimpinan universitas.
2. Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, Prof. Dr. Hj. Siti Mahmudah, M.Si.
3. Ketua Program Studi Psikologi, Dr. Fina Hidayati, M.A.
4. Dosen pembimbing skripsi Ustadz Hamim, M.Pd.I., dan Ibu Hilda Halida, M.Psi., Psikolog, yang telah meluangkan waktu, memberikan arahan,

masukan, serta bimbingan secara sabar dan konstruktif selama proses penyusunan proposal ini.

5. Seluruh dosen dan tenaga kependidikan Fakultas Psikologi yang telah memberikan ilmu dan pengalaman akademik selama masa perkuliahan.
6. Kedua orang tua dan keluarga tercinta yang senantiasa memberikan doa, dukungan moral, serta motivasi tanpa henti.
7. Sahabat dan rekan-rekan seperjuangan yang turut memberikan dukungan dan semangat dalam proses penyusunan proposal ini.

Akhir dari penulisan skripsi ini, peneliti mengucapkan terima kasih yang mendalam kepada seluruh pihak yang telah berperan, baik melalui dukungan moral, bantuan, maupun doa selama proses penyusunan penelitian ini. Setiap bentuk dukungan yang diberikan memiliki arti penting dalam membantu peneliti menyelesaikan karya ilmiah ini hingga selesai. Peneliti berharap segala kebaikan yang telah diberikan mendapat balasan yang berlipat dari Allah SWT serta penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan pihak yang membutuhkan.

Malang, 19 Juni 2026

Penulis

Handhala Al Ashshidie Wotan

NIM. 220401110209

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
NOTA DINAS	iv
NOTA DINAS	v
SURAT PERNYATAAN.....	vi
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN.....	viii
KATA PENGANTAR	xii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xvii
DAFTAR GAMBAR	xix
DAFTAR DIAGRAM.....	xx
DAFTAR LAMPIRAN.....	xxi
ABSTRAK.....	xxii
ABSTRACT.....	xxiii
المخلص.....	xxiv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	15
C. Tujuan Penelitian	15
D. Manfaat Penelitian	15
1. Manfaat Teoretis	15
2. Manfaat Praktis	16
BAB II	18
KAJIAN TEORI	18
A. Resiliensi.....	18
1. Definisi Resiliensi	18
2. Aspek dan Dimensi Resiliensi	21
3. Faktor Yang Memengaruhi <i>Resiliensi</i> Pada Mahasiswa.....	25
B. Penyesuaian Sosial	27
1. Definisi Penyesuaian Sosial	27

2.	Aspek dan Dimensi Penyesuaian Sosial.....	30
3.	Faktor yang mempengaruhi Penyesuaian Sosial	39
C.	Anak Tengah dalam Psikologi Perkembangan	46
1.	Konsep <i>Psychological Birth-Order</i>	46
2.	Ciri khas anak tengah (<i>Middle-Child</i>).	50
3.	Faktor keluarga yang memengaruhi kepribadian anak tengah.....	54
D.	Relevansi Dengan <i>Resiliensi</i> Dan Penyesuaian Diri.....	59
1.	Relevansi Anak Tengah dengan Resiliensi	59
2.	Relevansi Anak Tengah dengan Penyesuaian Diri	61
E.	Perspektif Islam terhadap Resiliensi dan Penyesuaian Sosial.....	63
1.	Resiliensi dalam Perspektif Islam	63
2.	Penyesuaian Sosial dalam Perspektif Islam	78
F.	Kerangka Berpikir.....	86
G.	Hipotesis Penelitian.....	90
	BAB III	91
	METODE PENELITIAN.....	91
A.	Desian Penelitian.....	91
B.	Variabel Penelitian	92
1.	Variabel Independen (X): Resiliensi	93
2.	Variabel Dependen (Y): Penyesuaian Diri Sosial	93
C.	Definisi Operasional.....	93
1.	<i>Resiliensi</i>	94
2.	Penyesuaian Sosial.....	94
D.	Populasi dan Subjek Penelitian	94
1.	Populasi	94
2.	Sampel	95
E.	Teknik Pengumpulan Data	97
F.	Instrumen Penelitian.....	98
1.	Skala Resiliensi.....	99
2.	Skala Penyesuaian Sosial	102
G.	Validitas dan Reliabilitas	106
1.	Uji Validitas.....	106
2.	Uji Reliabilitas	124
H.	Analisis Data	126

1. Uji Deskriptif.....	126
2. Uji Asumsi Klasik.....	127
3. Uji Regresi Linier Sederhana	129
BAB IV	131
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	131
A. Gambaran Subjek Penelitian	131
1. Karakteristik Responden Berdasrkan Jenis Kelamin.....	132
2. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	132
3. Karakteristik Responden Berdasarkan Semester	133
4. Karakteristik Responden Berdasarkan Fakultas	134
5. Karakteristik Responden Berdasarkan Jumlah Saudara Kandung	135
6. Karakteristik Responden Berdasarkan Urutan Lahir dalam Keluarga	136
7. Karakteristik Responden Berdasarkan Tempat Tinggal Saat Ini	137
B. Pelaksanaan Penelitian	138
C. Hasil Penelitian	140
1. Uji Asumsi.....	140
2. Analisis Deskriptif	143
3. Faktor Pembentuk Variabel	149
4. Uji Hipotesis	152
D. Pembahasan.....	155
1. Tingkat Resiliensi pada Mahasiswa yang Berposisi sebagai Anak Tengah...	155
2. Tingkat Penyesuaian Sosial pada Mahasiswa yang Berposisi sebagai Anak Tengah	161
3. Peran Resiliensi terhadap Penyesuaian Sosial pada Mahasiswa yang Berposisi sebagai Anak Tengah	166
BAB V	172
A. Kesimpulan	172
B. Saran	174
DAFTAR PUSTAKA	177
LAMPIRAN.....	185

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Makna Psikologis Per Frasa QS. Al-Hadid (57): 22 – 23	64
Tabel 2. 2 Makna Psikologis Per Frasa QS. Fussilat: 30	69
Tabel 2. 3 Makna Psikologi Per Frasa Hadist Muslim No. 2664	73
Tabel 2. 4 Makna Psikologi per Frasa QS. Al-Hujurat : 13	78
Tabel 2. 5 Makna Psikologi Per Frasa HR. Ahmad No. 23053, At-Tirmidzi No. 2507, disahihkan oleh Al-Albani.....	83
Tabel 3. 1 Blueprint Skala Resiliensi	101
Tabel 3. 2 Blueprint Skala Penyesuaian Sosial	105
Tabel 3. 3 Expertise Alat Ukur Resiliensi dan Penyesuaian Sosial.....	108
Tabel 3. 4 Kriteria Penilaian Expert Judgemnt	108
Tabel 3. 5 Kategorisasi Nilai Aiken's V	109
Tabel 3. 6 Hasil Uji Aiken's V Skala Resiliensi.....	110
Tabel 3. 7 Hasil Uji Aiken's V Skala Penyesuaian Sosial	112
Tabel 3. 8 Uji Validitas Tahap 1 Skala Resliniesi.....	115
Tabel 3. 9 Uji Validitas Tahap 2 Skala Resliniesi.....	117
Tabel 3. 10 Uji Validitas Tahap 3 Skala Resliniesi.....	119
Tabel 3. 11 Uji Validitas Tahap 1 Skala Penyesuaian Sosial.....	121
Tabel 3. 12 Uji Validitas Tahap 2 Skala Penyesuaian Sosial.....	122
Tabel 3. 13 Reliabilitas Skala Resiliensi	125
Tabel 3. 14 Reliabilitas Skala Penyesuaian Sosial	125
Tabel 4. 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	132
Tabel 4. 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	132
Tabel 4. 3 Karakteristik Responden Berdasarkan Semester.....	133
Tabel 4. 4 Karakteristik Responden berdasarkan Fakultas	134
Tabel 4. 5 Karakteristik Responden berdasarkan Jumlah Anak Dalam Keluarga	135
Tabel 4. 6 Karakteristik Responden Berdasarkan Urutan Kelahiran	136
Tabel 4. 7 Karakteristik Responden Berdasarkan tempat tinggal	137
Tabel 4. 8 Uji Normalitas	141
Tabel 4. 9 Uji Linearitas.....	142
Tabel 4. 10 Analisis Deskriptif.....	144

Tabel 4. 11 Kategorisasi Data Resiliensi.....	145
Tabel 4. 12 Kategorisasi Data Penyesuaian Sosial.....	147
Tabel 4. 13 Analisis Per Aspek Variabel Resiliensi.....	149
Tabel 4. 14 Analisis Per Aspek Variabel Penyesuaian Sosial.....	151
Tabel 4. 15 <i>Model Fit Measures</i>	153
Tabel 4. 16 Model Coefficient Regresi	154

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir	89
Gambar 4. 1 Q-Q Plot	141
Gambar 4. 2 Grafik Residual vs Fitted.....	143
Gambar 4. 3 Grafik <i>Scatterplot</i>	155

DAFTAR DIAGRAM

Diagram 4. 1 Kategorisasi Resiliensi	145
Diagram 4. 2 Kategorisasi Penyesuaian Sosial	147

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Penelitian: Skala Resiliensi.....	185
Lampiran 2 Skala Penelitian: Skala Penyesuaian Sosial.....	188
Lampiran 3 <i>Expert Judgment</i>	190
Lampiran 4 Form Kuesioner Penelitian	202
Lampiran 5 Hasil Kuesioner	204
Lampiran 6 Data Mentah (<i>Raw Data Responden</i>)	206
Lampiran 7 Hasil Uji Validitas.....	208
Lampiran 8 Hasil Uji reliabilitas.....	210
Lampiran 9 Hasil Uji Asumsi Klasik	210
Lampiran 10 Hasil Uji Hipotesis.....	212

ABSTRAK

Wotan, Handhala Al Ashshidie (2026). Peran Resiliensi dalam Membentuk Penyesuaian Sosial Pada Mahasiswa yang Berposisi Sebagai Anak Tengah

Dosen Pembimbing : Hamim, M.Pd.I., Hilda Halida, M.Psi., Psikolog.

Kata Kunci : Resiliensi, Penyesuaian Sosial, Mahasiswa, Anak Tengah.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh pentingnya kemampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri dengan tuntutan sosial di lingkungan perguruan tinggi. Mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah menghadapi dinamika relasional keluarga yang berpotensi memengaruhi kemampuan adaptasi sosial di kampus. Salah satu faktor psikologis yang diduga berperan dalam hal tersebut adalah resiliensi, yaitu kemampuan individu untuk bertahan dan beradaptasi dalam menghadapi tekanan akademik maupun sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran resiliensi terhadap penyesuaian sosial pada mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah serta menguji kontribusi variabel resiliensi dalam menjelaskan variasi penyesuaian sosial.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *explanatory research* dan metode *cross-sectional*. Subjek penelitian berjumlah 153 mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah, dipilih menggunakan teknik *snowball sampling*. Instrumen yang digunakan adalah skala resiliensi berdasarkan teori Friborg et al. (2003) yang mencakup enam aspek, serta skala penyesuaian sosial yang mencakup aspek integrasi sosial, relasi interpersonal, keterlibatan sosial, kepuasan sosial, isolasi sosial, dan penyesuaian terhadap lingkungan tempat tinggal. Data dianalisis menggunakan regresi linear sederhana melalui aplikasi *Jamovi*, setelah melalui uji asumsi normalitas dan linearitas serta uji validitas dan reliabilitas instrumen.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan antara resiliensi terhadap penyesuaian sosial ($p < 0,001$). Nilai korelasi (R) sebesar 0,667 menunjukkan hubungan yang kuat, dengan kontribusi (R^2) sebesar 0,444 atau 44,4% terhadap penyesuaian sosial. Hal ini berarti semakin tinggi resiliensi mahasiswa, semakin baik penyesuaian sosial yang dimiliki.

ABSTRACT

Wotan, Handhala Al Ashshidie (2026). *The Role of Resilience in Shaping Social Adjustment Among University Students Who Are Middle Children*

Supervisors: Hamim, M.Pd.I., Hilda Halida, M.Psi., Psikolog.

Keywords: Resilience, Social Adjustment, University Students, Middle Children.

This study was motivated by the importance of university students' ability to adapt to social demands within the higher education environment. Students who are middle children face family relational dynamics that have the potential to influence their social adaptation on campus. One psychological factor thought to play a role in this is resilience, namely an individual's ability to persevere and adapt when facing academic and social pressures. This study aims to investigate the role of resilience in social adjustment among students who are middle children and to test the contribution of the resilience variable in explaining variations in social adjustment.

This study employed a quantitative approach with an explanatory research design and a cross-sectional method. The study sample comprised 153 students who were middle children, selected using snowball sampling. The instruments used were a resilience scale based on the theory of Friborg et al. (2003), covering six aspects, and a social adjustment scale covering the aspects of social integration, interpersonal relationships, social involvement, social satisfaction, social isolation, and adjustment to the living environment. The data were analysed using simple linear regression via the Jamovi software, following tests for the assumptions of normality and linearity, as well as tests of the validity and reliability of the instruments.

The results of the study indicate that there is a positive and significant relationship between resilience and social adjustment ($p < 0.001$). The correlation coefficient (R) of 0.667 indicates a strong relationship, with a coefficient of determination (R^2) of 0.444, or 44.4%, explaining the variation in social adjustment. This implies that the higher a student's resilience, the better their social adjustment.

الملخص

ووتان، هاندالا الأشيدي (2026). دور المرونة النفسية في تشكيل التكيف الاجتماعي لدى الطلاب الجامعيين الذين يشغلون مكانة «الطفل الأوسط»
المشرفان: حاميم، ماجستير في التربية الإسلامية، هيلدا هاليدا، ماجستير في علم النفس، أخصائية نفسية
الكلمات المفتاحية: المرونة النفسية، التكيف الاجتماعي، الطلاب الجامعيون، الطفل الأوسط

تستند هذه الدراسة إلى أهمية قدرة الطلاب الجامعيين على التكيف مع المتطلبات الاجتماعية في بيئة الجامعة. يواجه الطلاب الجامعيون الذين يشغلون موقع الطفل الأوسط ديناميكيات علاقات أسرية قد تؤثر على قدرتهم على التكيف الاجتماعي في الحرم الجامعي. أحد العوامل النفسية التي يُعتقد أنها تلعب دورًا في هذا الصدد هو المرونة النفسية، وهي قدرة الفرد على الصمود والتكيف في مواجهة الضغوط الأكاديمية والاجتماعية. تهدف هذه الدراسة إلى معرفة دور المرونة النفسية في التكيف الاجتماعي لدى الطلاب الذين يشغلون مركز الطفل الأوسط، وكذلك اختبار مساهمة متغير المرونة النفسية في تفسير التباين في التكيف الاجتماعي.

استخدم هذا البحث نهجًا كميًا بتصميم بحثي تفسيري ومنهجية مقطعية. وبلغ عدد المشاركين في البحث 153 طالبًا من أبناء الوسط، تم اختيارهم باستخدام تقنية العينات المتتالية. الأداة المستخدمة هي مقياس المرونة النفسية استنادًا إلى نظرية (Friborg et al. (2003 الذي يشمل ستة جوانب، بالإضافة إلى مقياس التكيف الاجتماعي الذي يشمل جوانب الاندماج الاجتماعي، والعلاقات الشخصية، والمشاركة الاجتماعية، والرضا الاجتماعي، والعزلة الاجتماعية، والتكيف مع البيئة السكنية. تم تحليل البيانات باستخدام الانحدار الخطي البسيط عبر تطبيق Jamovi ، بعد إجراء اختبارات افتراضات التوزيع الطبيعي والخطية، بالإضافة إلى اختبارات صحة وموثوقية أدوات القياس.

أظهرت نتائج البحث وجود تأثير إيجابي وذو دلالة إحصائية بين المرونة والتكيف الاجتماعي ($p < 0,001$). وتشير قيمة الارتباط (R) البالغة 0,667 إلى وجود علاقة قوية، مع مساهمة (R^2) تبلغ 0,444 أو 44,4% في التكيف الاجتماعي. وهذا يعني أنه كلما زادت مرونة الطلاب، كان تكيفهم الاجتماعي أفضل.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa harus menghadapi banyak perubahan sosial dan emosional selama masa transisi dari remaja akhir menuju dewasa awal, terutama di lingkungan kampus. Mereka akan menghadapi kelompok sosial dan pertemanan kampus yang kompleks, belajar bagaimana berkomunikasi dengan baik dan membangun hubungan yang sehat dengan mahasiswa lain di kampus. Namun, mahasiswa tahun pertama sering merasa terisolasi atau merasa tidak cocok dengan suatu kelompok yang dapat mempersulit mereka untuk beradaptasi (Samosa et al., 2025). Kemampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri akan tuntutan sosial baru di perguruan tinggi dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah dinamika relasional yang terbentuk dalam keluarga, termasuk posisi urutan kelahiran (Rifameutia & Malay, 2023). Penyesuaian sosial adalah komponen penting dari kualitas adaptasi mahasiswa di universitas. Ini mencakup kemampuan seseorang untuk beradaptasi dengan tuntutan sosial, membangun hubungan interpersonal yang sehat, dan mempertahankan keterlibatan sosial yang efektif dalam kehidupan kampus (Hako et al., 2023).

Penyesuaian sosial menunjukkan seberapa baik seseorang berhubungan dengan komunitasnya, yang mencakup kemampuan mereka untuk membangun keterlibatan dan dukungan sosial. Dukungan sosial, seperti dukungan jaringan pertemanan, dapat meningkatkan rasa kebersamaan melalui minat dan aktivitas yang dilakukan bersama (Christanti & Wati, 2023). Dengan demikian, penelitian menunjukkan bahwa pengaturan emosi, dukungan sosial, dan kemampuan adaptif positif berkorelasi dengan penyesuaian dan kesejahteraan siswa di kampus (Saptandari et al., 2025). Hasilnya menunjukkan bahwa teman sebaya dan keluarga dapat membantu mahasiswa menghadapi tekanan psikologis selama masa perkuliahan.

Secara konseptual, penyesuaian mahasiswa di perguruan tinggi mencakup empat dimensi utama, yaitu akademik, sosial, personal-emosional, dan keterikatan terhadap institusi, sebagaimana dijelaskan oleh Robert W. Baker dan Bohdan Siryk. Penyesuaian sosial secara khusus merujuk pada kemampuan mahasiswa membangun relasi interpersonal yang memuaskan, terlibat dalam aktivitas sosial kampus, serta merasakan *sense of belonging* dalam lingkungan universitas (Baker & Siryk, 1989). Dengan demikian, penyesuaian sosial tidak hanya menekankan frekuensi interaksi, tetapi juga kualitas keterlibatan dan kenyamanan individu dalam sistem sosial kampus, yang pada dasarnya dipengaruhi oleh pengalaman relasional sebelumnya dalam keluarga.

Dalam konteks Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, mahasiswa tidak hanya menghadapi tuntutan adaptasi terhadap lingkungan akademik dan sosial di kampus, tetapi juga diwajibkan mengikuti program Ma'had Al-Jami'ah pada tahun pertama perkuliahan. Program ini mengharuskan mahasiswa baru untuk tinggal di lingkungan asrama dengan berbagai aturan, jadwal kegiatan keagamaan, serta interaksi sosial yang intens dengan mahasiswa lain yang berasal dari latar belakang daerah dan budaya yang beragam. Kondisi tersebut menjadikan proses penyesuaian sosial mahasiswa menjadi lebih kompleks, karena mahasiswa harus mampu beradaptasi secara bersamaan terhadap kehidupan kampus dan kehidupan komunal di lingkungan ma'had.

Situasi ini menuntut kemampuan individu dalam membangun hubungan interpersonal, mengelola konflik, serta menyesuaikan diri dengan norma dan dinamika sosial yang baru dalam waktu yang relatif singkat. Bagi sebagian mahasiswa, kondisi tersebut dapat menjadi sumber tekanan sosial dan emosional, terutama ketika individu belum memiliki kemampuan penyesuaian sosial yang memadai (Baker & Stryk, 1989). Oleh karena itu, kemampuan untuk bertahan, beradaptasi, dan bangkit dari tekanan atau kesulitan, yang dalam psikologi dikenal sebagai resiliensi, menjadi faktor penting yang dapat membantu mahasiswa dalam menjalani proses penyesuaian sosial secara lebih optimal (Reivich & Shatte, 2003).

Dalam konteks tersebut, urutan kelahiran menjadi relevan untuk dipertimbangkan karena pengalaman relasional dalam keluarga berpotensi

membentuk pola interaksi yang terbawa hingga lingkungan perguruan tinggi. Perspektif psikologi individual yang dikemukakan oleh Adler menyatakan bahwa posisi anak dalam keluarga, termasuk anak tengah, dapat memengaruhi perkembangan karakteristik sosial dan *interpersonal* individu (Vertel, 2023). Anak tengah sering digambarkan berada dalam posisi di antara saudara yang lebih tua dan lebih muda, sehingga berpotensi mengalami dinamika kompetisi sekaligus kebutuhan untuk menyesuaikan diri dalam hubungan keluarga. Namun demikian, temuan empiris terkait karakteristik anak tengah menunjukkan hasil yang beragam. Beberapa penelitian mengindikasikan bahwa pengalaman tersebut dapat berkaitan dengan berkembangnya keterampilan *interpersonal* seperti kemampuan bekerja sama dan mengelola konflik, tetapi hubungan tersebut bersifat kontekstual dan tidak selalu konsisten pada setiap individu (Priyanshu & Pandey, 2025). Oleh karena itu, karakteristik relasional yang terbentuk dalam keluarga perlu dipahami sebagai salah satu faktor yang berpotensi memengaruhi kualitas keterlibatan sosial anak tengah di lingkungan kampus, bukan sebagai determinan tunggal.

Namun demikian, posisi ini juga dikaitkan dengan kesulitan untuk memenuhi kebutuhan afiliasi dan perhatian, yang berpotensi meningkatkan kerentanan psikososial. Kerentanan psikososial ini sangat dipengaruhi oleh konteks lingkungan, ukuran keluarga, dan kualitas hubungan antar saudara (Güler & Hazer, 2022). Studi longitudinal yang dilakukan di China tentang kebijakan tiga anak di menunjukkan bahwa konflik perhatian, yang

disebabkan oleh pembagian sumber daya dan pola pengasuhan keluarga, dapat menyebabkan tekanan emosional dan kesulitan penyesuaian sosial pada masa remaja dan dewasa awal (Qi et al., 2025). Di sisi lain, penelitian Fauziyyah dkk. (2018) menunjukkan bahwa anak tengah dapat mengembangkan kemandirian sosial yang kuat dan kemampuan pengendalian diri yang berpotensi mendukung penyesuaian sosial mereka di perguruan tinggi (Fauziyyah et al., 2018).

Secara umum, temuan penelitian menunjukkan dua dinamika perkembangan berbeda dihasilkan oleh posisi anak tengah dalam keluarga. Anak tengah, di satu sisi, mengembangkan sifat adaptif seperti kebebasan dan kemandirian, serta keterampilan interpersonal yang baik untuk menangani konflik dan hubungan sosial (Priyanshu & Pandey, 2025). Sebaliknya, kerentanan psikososial mereka dapat ditingkatkan oleh kurangnya perhatian orang tua dan pemenuhan kebutuhan afiliasi, yang menyebabkan kesulitan penyesuaian sosial, terutama selama masa remaja dan dewasa awal (Qi et al., 2025). Dinamika ini sangat dipengaruhi oleh lingkungan keluarga, dan hal ini dapat menjadi faktor penentu apakah anak tengah dapat beradaptasi dengan baik di perguruan tinggi atau tidak.

Berdasarkan pra-penelitian melalui wawancara semi terstruktur kepada lima mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah (inisial C, AZ, TH, GN, dan RA), peneliti memperoleh gambaran awal tentang dinamika keluarga, strategi menghadapi masalah, serta penyesuaian diri sosial di kampus. Peneliti menjaga kerahasiaan identitas partisipan dengan inisial.

Hasil pra-penelitian menunjukkan pengalaman anak tengah yang beragam, namun beberapa pola muncul konsisten. Sejumlah responden menggambarkan dirinya sering mengambil peran penengah dalam keluarga. Responden C menyatakan, *“aku ngerasa aku penengah antara kakak dan adik aku,”* dan ia juga merasa *“anak yang bisa dipercaya.”* Responden AZ menegaskan peran serupa, *“sering, saya sering menjadi penengah.”* Responden TH bahkan menggambarkan dinamika keluarga sebagai situasi yang membuatnya banyak mengalah, *“coba tanya seberapa jarang aku menang di keluarga.”* Temuan ini memperlihatkan adanya kecenderungan peran sosial yang menuntut kepekaan relasional dan kemampuan mengatur respons dalam keluarga.

Pada aspek coping, hampir seluruh responden menyampaikan kecenderungan menyelesaikan masalah secara mandiri. Responden AZ mengatakan ia memilih menyelesaikan sendiri karena *“saya tidak ingin membebani orang lain dengan masalah saya.”* Responden RA menyampaikan alasan serupa, *“saya selalu berpikir kalau meminta bantuan akan memberatkan orang lain.”* Responden TH juga menyatakan, *“sebis mungkin aku mikirin masalahku sendiri, beresin sendiri.”* Responden GN menilai cara ini sebagai kebiasaan yang efektif, *“mengatasi sendiri, karena terbiasa melakukan apa-apa sendiri dan dirasa lebih efektif.”* Pola ini menunjukkan kemandirian yang kuat, tetapi juga memberi indikasi bahwa sebagian mahasiswa membatasi akses dukungan sosial ketika menghadapi tekanan.

Dalam konteks kampus, peneliti menemukan dua kecenderungan penyesuaian sosial. Sebagian responden merasa lebih mudah bergaul. Responden AZ menyatakan, *“saya merasa lebih mudah bergaul, karena saya terbiasa menyesuaikan diri dengan berbagai karakter.”* Responden TH menambahkan bahwa ia terbantu oleh kemampuan membaca situasi, *“aku bisa baca banget berbagai situasi yg terjadi di lingkungan sekitar.”* Responden GN juga menyebut adaptasi sosialnya relatif lancar, *“mudah bergaul, karena memang kebetulan banyak ketemu sama orang yang cocok.”* Namun, responden lain menunjukkan kebutuhan waktu untuk beradaptasi. Responden C menegaskan, *“butuh waktu,”* dan mengaitkannya dengan konteks merantau serta keterbatasan energi sosial, *“aku kaya gada energi buat berbaur.”* Ia juga menyampaikan pengalaman dinilai negatif oleh orang lain, *“beberapa orang bilang aku sombong dan susah di reach out, padahal aku lagi mikir gimana caranya berbaur.”* Responden RA tampak cukup terbuka, tetapi ia mengakui hambatan inisiatif sosial, *“saya cenderung jarang untuk melakukan kontak pertama.”*

Responden juga menilai posisi anak tengah memengaruhi cara mereka bersosialisasi dan bertahan saat stres di kampus, meski bentuknya berbeda. Responden AZ menyatakan, *“karena saya terbiasa menjadi penengah sehingga cara bersosialisasi cenderung menjadi penengah juga.”* Responden TH menekankan dampak emosionalnya, *“karena aku anak tengah, aku jadi perasa banget,”* dan ia juga mengaitkan pola mengalah dengan kecenderungan tidak enakan, *“keseringan ngalah juga aku kadang*

suka jadi orang yang gak enakan.” Responden GN mengaitkannya dengan kapasitas menghadapi tekanan, *“toleransi stress saya lebih tinggi dari yang lain.”* Temuan ini menguatkan indikasi bahwa pengalaman sebagai anak tengah berkaitan dengan pembentukan strategi coping dan pola relasi sosial, yang kemudian muncul kembali dalam situasi sosial kampus.

Secara keseluruhan, pra-penelitian memperlihatkan variasi penyesuaian sosial pada mahasiswa anak tengah, dari yang mudah beradaptasi hingga yang membutuhkan waktu lebih lama. Pola coping mandiri tampak dominan, disertai peran keluarga sebagai penengah pada sebagian responden. Indikasi ini mendukung kebutuhan untuk menguji secara kuantitatif hubungan resiliensi dan penyesuaian diri sosial pada mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah, agar diperoleh bukti empiris yang terukur.

Literatur tentang penyesuaian mahasiswa pada fase awal perkuliahan menunjukkan bahwa tuntutan dalam membangun relasi baru dan menghadapi tekanan sosial dapat meningkatkan stres serta memengaruhi kesejahteraan psikologis, sehingga keberhasilan adaptasi sosial sangat terkait dengan kemampuan regulasi emosi dan strategi coping yang baik (Hako et al., 2023; Samosa et al., 2025). Dalam hal ini, sumber daya psikologis seperti resiliensi menjadi penting untuk dikaji karena dapat membantu mahasiswa lebih baik mengelola tekanan akademik dan sosial sambil tetap terlibat secara positif dalam kehidupan kampus (Gao et al., 2024).

(Friborg et al., 2003) mendefinisikan resiliensi sebagai kapasitas multidimensional yang mencakup sumber daya personal dan interpersonal, seperti persepsi diri, kompetensi sosial, dukungan keluarga, serta struktur sosial, yang memungkinkan individu mempertahankan fungsi adaptif dalam menghadapi tekanan. Model Resilience Scale for Adults (RSA) memandang resiliensi tidak hanya sebagai kemampuan bertahan, tetapi juga sebagai kemampuan untuk menggunakan sumber daya internal dan eksternal secara efektif dalam menghadapi kesulitan.

Penelitian empiris menunjukkan adanya hubungan antara posisi tengah anak dan beberapa aspek kesejahteraan psikologis. Sebuah studi oleh (Fukuya et al., 2021) di Jepang menggunakan *Strengths and Difficulties Questionnaire* (SDQ) menemukan bahwa anak tengah cenderung memiliki tingkat kebahagiaan yang lebih rendah dibandingkan dengan anak sulung dan bungsu, meskipun tingkat ketahanan mereka tergolong rata-rata. Dalam penelitian kualitatif yang dilakukan di Indonesia, juga ditemukan fenomena yang dikenal sebagai sindrom anak tengah. Ini adalah ketika anak tengah merasa terabaikan atau kurang mendapatkan perhatian daripada saudara sebaya mereka. Ini mendorong mereka untuk mencari identitas dan penerimaan. Untuk mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang pola psikososial ini, penelitian lebih lanjut yang sistematis dan terukur diperlukan karena studi ini bersifat kualitatif (Pradiaswari, 2023).

Resiliensi psikologis sebagai salah satu sumber daya penting yang membantu mahasiswa beradaptasi dengan tekanan akademik maupun

sosial-emosional di perguruan tinggi. Resiliensi juga berperan sebagai faktor protektif yang berkaitan dengan kemampuan mempertahankan kesehatan dan performa adaptasi selama masa transisi kehidupan kampus (Gao et al., 2024). Kemampuan dalam mentoleransi stres serta meregulasi emosi dengan baik dipandang sebagai komponen yang menopang ketahanan mahasiswa dalam menghadapi perubahan peran dan ekspektasi, baik dari keluarga maupun lingkungan pendidikan tinggi (Fernanda et al., 2024). Kemampuan untuk mengelola tuntutan kampus, membangun jaringan dukungan sosial, dan mempertahankan komitmen terhadap tujuan profesional adalah semua faktor yang berkontribusi pada resiliensi yang lebih kuat (Gao et al., 2024).

Studi lain oleh Song et al. (2024) juga melaporkan bahwa mahasiswa dengan tingkat resiliensi tinggi menunjukkan adaptasi sosial yang lebih baik dari pada mahasiswa dengan resiliensi rendah, kemampuan yang lebih baik untuk menangani konflik di lingkungan kampus, dan keterlibatan yang lebih besar dalam aktivitas kelompok, ini merupakan tanda penyeusian sosial yang kuat (Song et al., 2024). Selain itu, hasil penelitian Dalmi dkk. (2025) menunjukkan bahwa tingkat resiliensi mahasiswa berkorelasi positif dengan keadaan kesehatan subjektif mereka dan menurunkan kecemasan mereka di masa depan. Ini merupakan bagian dari kemampuan mahasiswa untuk beradaptasi dengan transisi peran mereka di kampus dan persiapan pasca kuliah (Dalmi et al., 2025).

Peran resiliensi dalam penyesuaian sosial mahasiswa telah diperkuat dalam beberapa penelitian dalam 3–5 tahun terakhir. Misalnya, penelitian pada mahasiswa tahun pertama menemukan bahwa profil resiliensi mahasiswa berkorelasi positif dengan penyesuaian akademik, emosional, dan sosial mereka di universitas. Mahasiswa dengan profil resiliensi yang kuat juga cenderung lebih siap menghadapi perubahan peran dan tekanan akademik dibandingkan dengan mahasiswa dengan profil resiliensi yang kurang (Gao et al., 2024). Selain itu, penelitian lain menemukan hubungan positif antara resiliensi dan hasil akademik di perguruan tinggi serta kesejahteraan psikologis. Resiliensi membantu mahasiswa tetap termotivasi dan terus belajar meskipun situasi sulit (Cai & Meng, 2025). Studi lain juga menunjukkan bahwa *trait resilience* membantu siswa mengurangi kecemasan sosial dan mendukung coping positif; keduanya merupakan komponen penting dari penyesuaian sosial di lingkungan kampus (Li & Zheng, 2025).

Sebagian besar studi memfokuskan resiliensi sebagai prediktor penyesuaian akademik, stres perguruan tinggi, atau kesejahteraan psikososial mahasiswa secara umum, tanpa mempertimbangkan perbedaan karakteristik berdasarkan urutan kelahiran (Gao et al., 2024). Penelitian mengenai profil resiliensi mahasiswa tingkat pertama menunjukkan adanya variasi resiliensi dan penyesuaian sosial, namun belum menguraikan peran spesifik posisi anak tengah dalam membentuk hubungan tersebut (Basith et al., 2025).

Temuan lain menegaskan bahwa resiliensi berkaitan erat dengan kesejahteraan, dukungan sosial, penurunan kecemasan sosial, dan peningkatan strategi coping adaptif, tetapi tidak membedakan pengalaman mahasiswa anak tengah dibandingkan saudara dengan posisi kelahiran lain (Li & Zheng, 2025). Demikian pula, meta-analisis faktor prediktor resiliensi menyoroti peran *self-esteem*, keterikatan sosial, dan identitas diri tanpa memperhitungkan kemungkinan efek moderasi urutan kelahiran. Kondisi ini menegaskan masih terbatasnya kajian empiris yang secara langsung mengeksplorasi hubungan antara posisi anak tengah, resiliensi, dan penyusutan sosial mahasiswa dalam konteks pendidikan tinggi kontemporer (Song et al., 2024).

Penelitian terkini telah banyak membuktikan peran penting resiliensi terhadap penyesuaian sosial mahasiswa, namun masih terdapat kesenjangan kajian yang signifikan. Hingga saat ini, belum ditemukan studi yang secara langsung menguji asosiasi antara variasi resiliensi dengan penyesuaian diri sosial pada mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah. Akibatnya, literatur yang ada belum mampu menjelaskan secara terukur efektivitas resiliensi sebagai sumber daya psikologis bagi mahasiswa anak tengah untuk membangun relasi, berpartisipasi, dan beradaptasi dalam sistem sosial perguruan tinggi. Kesenjangan ini menjadi penting karena karakteristik anak tengah yang cenderung mandiri, menghindari konflik, serta enggan mencari dukungan sosial dapat berdampak langsung pada kualitas penyesuaian sosial mereka. Tanpa adanya pemahaman spesifik

mengenai dinamika tersebut, program intervensi dan dukungan bagi mahasiswa berisiko menjadi tidak tepat sasaran.

Penelitian ini menawarkan kebaruan karena mengintegrasikan tiga fokus yang selama ini cenderung terpisah, yaitu resiliensi sebagai variabel independen, penyesuaian diri sosial sebagai variabel dependen, dan posisi anak tengah sebagai karakteristik perkembangan keluarga yang menjadi konteks utama subjek penelitian. Dengan demikian, kebaruan penelitian ini terletak pada pengujian empiris hubungan resiliensi dan penyesuaian diri sosial pada kelompok yang spesifik, yaitu mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah, dengan kerangka teori urutan kelahiran Adler dan pendekatan resiliensi dari Friberg dkk. serta konsep penyesuaian sosial Baker dan Siryk. Kebaruan ini juga muncul dari konteksnya, karena penelitian difokuskan pada mahasiswa Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang berposisi sebagai anak tengah dan menghadapi tuntutan adaptasi sosial yang khas, termasuk melalui sistem kehidupan *ma'had* pada tahun pertama perkuliahan.

Oleh karena adanya kesenjangan tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengintegrasikan variabel faktor protektif psikologis, yaitu resiliensi dan penyesuaian sosial, pada mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah. Dengan semakin kompleksnya tuntutan sosial, akademik, dan emosional yang ada di perguruan tinggi, penting untuk memahami bagaimana posisi kelahiran dapat berperan atau memengaruhi hubungan

antara resiliensi dan penyesuaian sosial dalam pendidikan tinggi dan psikologi perkembangan.

Penyesuaian diri sosial memengaruhi kualitas keterlibatan mahasiswa dalam kehidupan kampus, termasuk kemampuan membangun relasi, mengelola konflik, dan mempertahankan *sense of belonging* (Baker & Siryk, 1989; Hako et al., 2023). Ketika penyesuaian sosial rendah, mahasiswa lebih rentan mengalami kecemasan sosial dan stres yang dapat mengganggu fungsi akademik serta kesejahteraan psikologis (Tresnadi et al., 2024). Pada mahasiswa anak tengah, dinamika keluarga seperti kompetisi perhatian, kebutuhan afirmasi, dan pengalaman merasa kurang diperhatikan dapat membentuk pola relasi yang berbeda saat memasuki lingkungan sosial baru di perguruan tinggi (Qi et al., 2025)(Pradiaswari, 2023)).

Dalam konteks lingkungan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang menuntut adaptasi sosial intensif melalui sistem ma'had, kondisi tersebut menjadi semakin relevan untuk dikaji. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi penting untuk mengidentifikasi apakah resiliensi berperan sebagai faktor protektif yang dapat memperkuat kemampuan penyesuaian sosial mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah, sehingga hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan dasar empiris bagi pengembangan intervensi psikologis yang lebih kontekstual dan tepat sasaran di lingkungan perguruan tinggi.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat resiliensi mahasiswa yang merupakan anak tengah?
2. Bagaimana tingkat penyesuaian sosial mahasiswa sebagai anak tengah?
3. Adakah peran resiliensi terhadap penyesuaian sosial?
4. Seberapa besar kontribusi resiliensi dalam memprediksi penyesuaian sosial mahasiswa anak tengah?

C. Tujuan Penelitian

1. Mendeskripsikan tingkat resiliensi mahasiswa anak tengah.
2. Mendeskripsikan tingkat penyesuaian sosial mahasiswa anak tengah.
3. Menganalisis peran resiliensi terhadap penyesuaian sosial.
4. Mengetahui kontribusi variabel *resiliensi* dalam menjelaskan variasi penyesuaian sosial mahasiswa anak tengah.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi secara teoritis maupun praktis, khususnya dalam pengembangan kajian psikologi perkembangan dan psikologi keluarga terkait posisi kelahiran (*birth order*) dengan resiliensi serta penyesuaian diri.

1. Manfaat Teoretis

Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khasanah keilmuan psikologi, terutama dalam memahami dinamika posisi anak tengah dalam keluarga dan implikasinya terhadap perkembangan psikologis individu. Konsep posisi kelahiran yang pertama kali dipopulerkan oleh Alfred Adler melalui *teori Individual*

Psychology menekankan bahwa urutan kelahiran berpengaruh terhadap pembentukan karakter dan gaya hidup individu. Penelitian ini berupaya menguji relevansi konsep tersebut dalam konteks perkembangan resiliensi dan penyesuaian diri pada populasi yang diteliti.

Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan landasan empiris yang lebih kontekstual, khususnya dalam setting budaya Indonesia, sehingga dapat memperluas generalisasi temuan-temuan sebelumnya yang banyak dilakukan di konteks Barat. Dengan demikian, penelitian ini berkontribusi dalam memperkuat integrasi antara teori klasik posisi kelahiran dan pendekatan kontemporer mengenai resiliensi serta adaptasi psikologis.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Individu (Anak Tengah)

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada individu yang berada pada posisi anak tengah mengenai potensi psikologis yang dimiliki, terutama dalam aspek resiliensi dan kemampuan penyesuaian diri. Pemahaman tersebut dapat mendorong individu untuk mengembangkan strategi coping yang lebih adaptif dalam menghadapi tekanan maupun konflik interpersonal.

b. Bagi Orang Tua dan Keluarga

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan bagi orang tua dalam memahami karakteristik khas anak tengah,

sehingga pola pengasuhan dapat disesuaikan untuk mendukung perkembangan resiliensi dan penyesuaian diri yang optimal. Orang tua diharapkan mampu menciptakan lingkungan keluarga yang suportif dan tidak diskriminatif berdasarkan urutan kelahiran.

c. Bagi Praktisi Psikologi dan Konselor

Bagi praktisi, khususnya di bidang psikologi perkembangan dan konseling keluarga, penelitian ini dapat menjadi referensi dalam melakukan asesmen maupun intervensi yang mempertimbangkan faktor posisi kelahiran sebagai salah satu variabel kontekstual yang memengaruhi dinamika psikologis individu.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan awal untuk pengembangan studi lanjutan, baik dengan pendekatan kuantitatif maupun kualitatif, serta memungkinkan eksplorasi variabel mediasi atau moderasi lain yang relevan, seperti pola asuh, dukungan sosial, maupun faktor budaya.

Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memberikan kontribusi pada ranah akademik, tetapi juga memiliki implikasi aplikatif dalam pengembangan intervensi berbasis keluarga yang berorientasi pada penguatan resiliensi dan kemampuan penyesuaian diri individu.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Resiliensi

1. *Definisi Resiliensi*

Konsep resiliensi atau ketahanan diri mengacu pada kemampuan individu dalam mengelola stres secara efektif dengan memanfaatkan sumber daya yang dimiliki, baik yang dari internal individu maupun eksternal seperti lingkungan sosial. Konsep ini tidak hanya mengarah pada ketahanan terhadap stress saja namun juga mencakup kemampuan individu untuk berkembang meskipun menghadapi tantangan. Merupakan kombinasi dari beberapa aspek seperti kompetensi pribadi, dukungan sosial, koherensi keluarga, dan struktur pribadi, resiliensi dapat mendukung individu untuk mengatasi tantangan hidup dengan cara yang adaptif (Friborg et al., 2003).

Rutter (1987) mendefinisikan konsep resiliensi merujuk pada kemampuan individu dalam mengatasi tekanan, tantangan, atau kesulitan besar yang di alami yang kemudian beradaptasi atau bahkan berkembang setelah mengalaminya. Rutter menekankan bahwa ketahanan diri tidak sekadar menghindari atau melawan kesulitan, tetapi juga kemampuan seseorang untuk bertahan dan beradaptasi, yang menghasilkan pertumbuhan yang baik meskipun telah mengalami kesulitan (Rutter, 1987). Pandangan ini didukung oleh Masten (2001) yang mengemukakan bahwa ketahanan diri tidak hanya mencakup

proses pemulihan setelah mengalami kesulitan, tetapi juga kemampuan seseorang untuk beradaptasi dengan situasi baru, perubahan, dan tantangan yang muncul dalam hidup. Masten juga menambahkan bahwa ketahanan diri adalah kualitas yang memungkinkan seseorang untuk berfungsi dengan baik dalam situasi yang sulit atau tidak pasti (Masten, 2001).

Pemahaman akan resiliensi sebagai proses adaptasi kemudian diperkuat oleh pendekatan berbasis sumber daya. Hobfoll (1989) dalam teori pengelolaan sumber daya menjelaskan bahwa kemampuan seseorang untuk mempertahankan dan meningkatkan sumber daya pribadi, seperti kepercayaan diri dan kompetensi diri, menyebabkan ketahanan psikologis. Kehilangan sumber daya meningkatkan kerentanan psikologis, sedangkan keberadaannya meningkatkan kemampuan adaptasi. Dalam hal ini resiliensi berkaitan erat dengan regulasi diri dan struktur personal (Hobfoll, 1989). Menurut (Bonanno, 2004), orang yang tahan terhadap tekanan dapat mempertahankan keadaan psikologis yang stabil.

Pada akhir abad ke-20, teori resiliensi terus berkembang, dan sebuah pendekatan yang lebih luas menambahkan berbagai aspek dan instrumen untuk mengukur konsep tersebut. Penekanan pada aspek internal dan eksternal individu dalam menghadapi krisis sangat relevan dengan teori yang dibangun oleh Friborg et al. (2005), yang menemukan faktor protektif dalam ketahanan diri dewasa. Dalam penelitiannya,

ketahanan diri dianggap sebagai proses dinamis yang melibatkan berbagai sumber daya sosial dan pribadi yang saling terkait untuk mengatasi tekanan kehidupan.

Pandangan ini kemudian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Luthar et al, (2015). Resiliensi sangat dipengaruhi oleh kualitas hubungan interpersonal, selain faktor internal. Lingkungan sosial dan dukungan keluarga merupakan sarana penting untuk membangun ketahanan diri. Rasa aman psikologis diberikan oleh hubungan yang suportif, yang membantu individu mengelola stres secara adaptif. Resiliensi dibangun melalui interaksi sosial yang berulang (Luthar et al., 2000). Oleh karena itu, ketahanan diri menunjukkan hubungan antara seseorang dan lingkungannya. Sifat multidimensional resiliensi semakin ditekankan dalam pendekatan ekologi keluarga. Sistem keluarga berfungsi sebagai sumber daya adaptif, menurut Walsh (2015), melalui pola komunikasi, dukungan emosional, dan fleksibilitas struktural. Resiliensi adalah hasil dari keseimbangan sumber daya sosial, keluarga, dan personal (Walsh, 2015).

Berdasarkan berbagai perspektif, resiliensi dapat didefinisikan sebagai kemampuan adaptif seseorang yang mampu mengelola stres dan tantangan kehidupan dengan memanfaatkan sumber daya sosial dan personal secara bersamaan. Kemampuan untuk bertahan dari tekanan dan beradaptasi secara positif setelah menghadapi kesulitan adalah dua

aspek dari resiliensi. Kompetensi pribadi, kemandirian, dan kemampuan untuk menggunakan dukungan sosial dan keluarga sebagai perlindungan adalah semua komponen proses ini. Oleh karena itu, ketahanan diri terbentuk dari keseimbangan antara kualitas lingkungan relasional individu dan struktur internalnya. Menurut gagasan ini, resiliensi adalah konstruksi multidimensional yang menunjukkan interaksi berkelanjutan antara seseorang dan konteks sosialnya.

2. Aspek dan Dimensi Resiliensi

Friborg et al., (2005) memandang resiliensi terdiri dari berbagai sumber daya yang menawarkan perlindungan, yang memungkinkan mereka melakukan penyesuaian psikologis yang sehat saat menghadapi tekanan dalam hidup mereka. Dalam konteks ini, resiliensi tidak berarti kekurangan stres atau kerentanan; sebaliknya, itu adalah kemampuan untuk beradaptasi yang dihasilkan dari interaksi faktor internal dan eksternal individu (Friborg et al., 2003)

a. Kompetensi Pribadi - Persepsi Diri (*Personal Strength - Perception of Self*)

Keyakinan seseorang terhadap kemampuan mereka, kemampuan mereka, dan kekuatan emosional mereka dalam situasi stres dikenal sebagai persepsi diri. Dimensi ini menunjukkan evaluasi internal seseorang tentang kemampuan mereka untuk mengatasi masalah dan mempertahankan kesehatan mental. Mereka yang memiliki

persepsi diri yang positif percaya diri dan tidak mudah mengalami disorganisasi emosional dalam situasi stres. Persepsi diri membantu dalam pengambilan keputusan dan penyelesaian masalah.

b. Kompetensi Pribadi - Persepsi Masa Depan (*Personal Strength - Perception of Future*)

Seseorang memiliki persepsi masa depan, yang mencakup keyakinan dan harapan bahwa mereka dapat mengontrol masa depan mereka. Dimensi ini memberikan motivasi internal yang mendorong orang untuk terus berusaha meskipun ada kesulitan. Persepsi masa depan yang positif cenderung melihat kesulitan sebagai hal yang sementara dan dapat diatasi. Harapan sangat penting untuk mempertahankan adaptasi psikologis. Persepsi masa depan dipahami sebagai faktor protektif yang membantu individu bertahan dalam kondisi penuh ketidakpastian.

c. Kompetensi Sosial (*Social Competence*)

Kemampuan individu untuk membangun, mempertahankan, dan memobilisasi hubungan interpersonal dikenal sebagai kompetensi sosial. Dimensi ini mencakup keterampilan komunikasi, empati, fleksibilitas sosial, dan kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan berbagai situasi hubungan. Ketika orang mengalami tekanan, mereka

dapat mendapatkan dukungan emosional dan instrumental melalui hubungan sosial yang adaptif. Kompetensi sosial tidak hanya merujuk pada keberadaan relasi, tetapi juga kemampuan individu memanfaatkan relasi tersebut secara adaptif. Oleh karena itu, dimensi ini berfungsi sebagai sumber daya eksternal yang memperkuat ketahanan psikologis

d. Gaya Terstruktur (*Structured Style*)

Gaya terstruktur mengacu pada kecenderungan seseorang untuk mengatur diri mereka secara sistematis melalui perencanaan, keteraturan, dan pemecahan masalah, terutama dalam situasi stres. Dimensi ini menunjukkan preferensi untuk rutinitas dan struktur sebagai cara untuk menangani stres. Individu dengan gaya hidup terstruktur dapat mengurangi ketidakpastian dengan mengatur tuntutan kehidupan mereka secara lebih terstruktur. Gaya terstruktur ini dipahami sebagai sumber daya personal yang membantu orang menjaga stabilitas dalam operasi sehari-hari. Dimensi ini sangat penting untuk mengelola stres dalam kehidupan sehari-hari dan akademik.

e. Sumber Daya Keluarga (*Family Resource/Cohesion*)

Sumber daya keluarga termasuk dukungan emosional yang baik, kesetiaan, dan kesolidan dalam keluarga. Di sini

kita melihat seberapa baik keluarga berfungsi sebagai tempat yang aman, stabil, dan membantu bagi seseorang. Individu mendapatkan dukungan keluarga untuk memaknai dan merasa aman. Keluarga dianggap sebagai sumber daya perlindungan utama yang berkontribusi pada pembentukan resiliensi. Individu dapat mengatasi tekanan hidup dengan lebih baik jika mereka memiliki hubungan keluarga yang positif.

f. Sumber Daya Sosial (*Social Resource*)

Sumber daya sosial merujuk pada akses individu terhadap dukungan dari lingkungan sosial di luar keluarga, seperti teman, komunitas, dan jaringan sosial yang lebih luas. Ketika menghadapi situasi stres, dimensi ini menunjukkan jenis bantuan yang tersedia. Dukungan sosial membantu mengurangi efek negatif tekanan psikologis. Sumber daya sosial dianggap sebagai perlindungan eksternal yang melengkapi sumber daya keluarga dan individu. Bagi mahasiswa dan orang dewasa muda lainnya, dimensi ini menjadi semakin penting.

Teori resiliensi dari Friborg et al. (2003) digunakan dalam penelitian ini untuk mengevaluasi hubungan antara resiliensi dan penyesuaian sosial siswa. Pilihan teori ini didasarkan pada validitas alat ukur dan relevansi dimensi-dimensi RSA, termasuk persepsi diri sendiri,

masa depan yang direncanakan, kemampuan sosial, gaya struktur, kesatuan keluarga, dan sumber daya sosial, yang menggambarkan faktor internal dan eksternal yang membentuk ketahanan diri. Studi sebelumnya menunjukkan korelasi positif antara dimensi-dimensi RSA dan penurunan kecemasan dan peningkatan adaptasi sosial siswa. Oleh karena itu, teori ini memberikan dasar yang solid untuk memahami bagaimana resiliensi mempengaruhi penyesuaian sosial mahasiswa di perguruan tinggi.

3. Faktor Yang Memengaruhi *Resiliensi* Pada Mahasiswa.

(Friborg et al., 2003) menjelaskan bahwa resiliensi dipengaruhi oleh interaksi antara faktor Intrapersonal seperti kompetensi pribadi, regulasi emosi, dan optimisme serta faktor eksternal seperti dukungan sosial, kohesi keluarga, dan kualitas lingkungan kampus. Berfungsi bersama, dimensi-dimensi ini menciptakan daya tahan diri yang adaptif, yang memungkinkan siswa mengatasi tantangan akademik dan masalah sosial.

a. Faktor Intrapersonal

Faktor internal menurut (Friborg et al., 2003) merupakan kualitas psikologi individu yang memainkan peran penting dalam membentuk resiliensi. Kompetensi pribadi, seperti kepercayaan diri dan kemampuan dalam mengelola emosi, sangat mempengaruhi seberapa baik mahasiswa dalam menangani tekanan akademik dan sosial.

Persepsi diri yang positif, yang mencakup keyakinan pada kemampuan mereka, membantu siswa tetap termotivasi untuk menghadapi tantangan. Faktor intrapersonal lainnya, seperti optimisme dan kemampuan untuk memecahkan masalah, sangat penting karena dapat membantu mereka lebih baik beradaptasi terhadap tekanan hidup sepanjang waktu. Dengan kata lain, siswa yang memiliki keterampilan pribadi yang baik memiliki kecenderungan yang lebih besar untuk beradaptasi dengan baik terhadap tantangan yang muncul dalam hidup mereka, baik dalam hal akademik maupun pribadi.

b. Faktor Eksternal

(Friborg et al., 2003) menekankan bahwa faktor eksternal, seperti dukungan sosial dan sumber daya keluarga, memiliki peran yang sangat besar dalam membentuk ketahanan diri seseorang. Ketahanan mahasiswa dalam menghadapi tantangan sangat dipengaruhi oleh keharmonisan keluarga dan dukungan emosional yang diberikan oleh keluarga. Dukungan dari teman sebaya dan kelompok sosial lainnya juga merupakan faktor protektif yang sangat penting. Dalam konteks mahasiswa, dukungan sosial ini bisa berasal dari teman-teman di kampus, dosen, atau bahkan anggota keluarga. Mahasiswa yang memiliki

jaringan sosial yang kuat dan hubungan yang mendalam dengan keluarga serta teman-teman lebih mampu bertahan dalam menghadapi stres sosial dan akademik. Ini menunjukkan pentingnya interaksi sosial yang sehat dalam mendukung resiliensi mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa lingkungan sosial di luar keluarga, seperti di kampus atau tempat kerja, berperan besar dalam membentuk resiliensi individu

Pandangan ini sejalan dengan penelitian dari (Luthar et al., 2000) yang menyatakan bahwa resiliensi tidak hanya bergantung pada faktor internal seperti kompetensi pribadi dan kemampuan regulasi diri, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh interaksi sosial yang positif. Mereka menekankan bahwa dukungan sosial juga berperan penting dalam pembentukan resiliensi. Individu yang memiliki akses ke jaringan sosial yang suportif, seperti teman, keluarga, dan kelompok sosial lainnya, cenderung memiliki ketahanan psikologis yang lebih baik dalam menghadapi stres.

B. Penyesuaian Sosial

1. Definisi Penyesuaian Sosial

Penyesuaian sosial merupakan proses di mana individu menyesuaikan diri dengan tuntutan sosial yang ada di lingkungan mereka. Dalam konteks mahasiswa, ini berarti kemampuan untuk beradaptasi dengan berbagai aspek sosial di perguruan tinggi, mulai dari

berinteraksi dengan teman sebaya hingga memenuhi ekspektasi sosial yang berlaku dalam kehidupan kampus (Baker & Siryk, 1989). Penyesuaian sosial bukan hanya tentang kemampuan untuk berinteraksi, tetapi juga mencakup bagaimana mahasiswa dapat memenuhi norma-norma sosial dan akademik yang ada di lingkungan mereka. (Goffman, 2023) mendefinisikan penyesuaian sosial sebagai cara individu berinteraksi dengan masyarakat, mengelola citra sosial mereka dalam berbagai konteks untuk diterima oleh kelompok sosial yang lebih besar. Hal ini penting karena mahasiswa yang mampu menyesuaikan diri dengan baik di lingkungan sosial mereka cenderung mengalami pengalaman yang lebih positif di kampus.

Definisi lain yang sejalan dengan konsep ini datang dari (Schlenker & Pontari, 2000), yang menyebutkan bahwa penyesuaian sosial mencakup kemampuan individu untuk mengelola berbagai peran sosial yang mereka jalani, seperti peran sebagai mahasiswa, teman, dan anggota kelompok sosial lainnya. Menurut mereka, penyesuaian sosial juga melibatkan kemampuan individu untuk mengatasi ketegangan yang muncul akibat peran-peran ini, serta mengelola ekspektasi yang diberikan oleh kelompok sosial. (Ryff, 1989) mengemukakan bahwa penyesuaian sosial berhubungan dengan kualitas hubungan interpersonal dan perasaan diterima dalam kelompok sosial, yang keduanya berkontribusi pada kesejahteraan psikologis individu. Sejalan dengan ini, (Feldman, 2006) juga menyatakan bahwa penyesuaian sosial

adalah kemampuan individu untuk beradaptasi dengan perubahan dalam kehidupan sosial mereka, dengan memperhitungkan tuntutan sosial yang terus berubah.

Penyesuaian sosial adalah komponen penting dari kualitas adaptasi mahasiswa di universitas. Ini mencakup kemampuan seseorang untuk beradaptasi dengan tuntutan sosial, membangun hubungan interpersonal yang sehat, dan mempertahankan keterlibatan sosial yang efektif dalam kehidupan kampus (Hako et al., 2023). Menurut Hako et al. (2023), penyesuaian sosial juga berperan sebagai faktor penghubung yang memungkinkan mahasiswa untuk mengatasi stres dan tantangan yang mereka hadapi dalam lingkungan yang penuh dengan tekanan akademik dan sosial. Hako et al. lebih lanjut menekankan bahwa mahasiswa yang mampu mengelola hubungan sosial mereka dengan baik tidak hanya lebih sukses dalam aspek akademik, tetapi juga lebih cenderung merasa terhubung dengan komunitas kampus, yang meningkatkan kualitas kehidupan mereka secara keseluruhan. Penyesuaian sosial, menurut Hako et al., juga dapat memperkuat resiliensi mahasiswa, karena hubungan yang sehat dan dukungan sosial yang mereka terima membantu mereka untuk tetap bertahan dan berkembang meskipun menghadapi kesulitan.

Dari berbagai definisi ini, dapat disimpulkan bahwa penyesuaian sosial adalah proses yang kompleks, di mana individu berusaha mengontrol berbagai tuntutan sosial dan budaya yang ada di lingkungan

mereka. Pada mahasiswa, penyesuaian sosial menjadi sangat penting karena dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupan mereka, mulai dari interaksi sosial, kesejahteraan psikologis, hingga keberhasilan akademik mereka. Proses ini melibatkan tidak hanya kemampuan untuk berfungsi dalam lingkungan sosial, tetapi juga bagaimana individu mengelola hubungan mereka dengan orang lain serta bagaimana mereka merespons berbagai ekspektasi sosial yang ada di perguruan tinggi.

2. Aspek dan Dimensi Penyesuaian Sosial

Penyesuaian sosial menurut Baker dan Siryk (1989) terdiri dari beberapa aspek yang menggambarkan bagaimana mahasiswa beradaptasi dengan tuntutan sosial di perguruan tinggi. Setiap aspek memainkan peran penting dalam menentukan sejauh mana mahasiswa dapat berfungsi secara efektif dalam lingkungan sosial yang baru dan dinamis. Berikut adalah aspek-aspek utama penyesuaian sosial yang diidentifikasi oleh Baker dan Siryk:

a. Integrasi Sosial Umum (*General Social Integration*)

Aspek ini merujuk pada persepsi global mahasiswa mengenai kecocokan dirinya dalam lingkungan sosial perguruan tinggi. Integrasi sosial mencakup perasaan diterima, nyaman, serta memiliki keterampilan sosial yang memadai untuk berfungsi dalam konteks kampus. Mahasiswa yang memiliki integrasi sosial yang baik cenderung merasa menjadi bagian dari komunitas atau rasa

memiliki (*sense of belonging*) pada kampus dan tidak mengalami hambatan berarti dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. (Rifameutia & Malay, 2023). Mahasiswa yang memiliki integrasi sosial baik cenderung merasa nyaman, tidak terisolasi, dan mampu menyesuaikan diri dengan norma sosial kampus.

b. Hubungan Interpersonal (*Interpersonal Relationships*)

Aspek hubungan interpersonal menekankan kualitas relasi mahasiswa dengan teman sebaya, dosen, maupun individu lain dalam lingkungan kampus. Dimensi ini mencakup kemampuan membangun pertemanan, menjalin kedekatan emosional, serta memperoleh dukungan sosial ketika menghadapi permasalahan.

c. Nostalgia/*Homesickness*

Transisi ke perguruan tinggi sering kali disertai dengan perasaan rindu terhadap keluarga atau lingkungan asal. Aspek ini mengukur sejauh mana mahasiswa mampu mengelola perasaan tersebut tanpa mengganggu fungsi sosialnya di kampus. Individu dengan penyesuaian sosial yang baik mampu mengatasi perasaan kesepian, tidak menarik diri dari lingkungan sosial, serta tetap aktif dalam interaksi sosial meskipun berada jauh dari rumah.

d. Partisipasi dan Kepuasan terhadap Lingkungan Sosial
(Social Participation and Satisfaction)/Social Environment

Aspek ini berkaitan dengan partisipasi mahasiswa dalam kegiatan sosial maupun ekstrakurikuler di kampus serta evaluasi subjektif terhadap kualitas lingkungan sosial yang tersedia. Keterlibatan aktif dalam organisasi, komunitas, atau kegiatan non-akademik menjadi indikator penting dari penyesuaian sosial yang optimal. Selain itu, kepuasan terhadap suasana sosial kampus turut merefleksikan keberhasilan integrasi sosial mahasiswa.

Dalam penelitian ini dimensi penyesuaian sosial dalam diukur melalui enam indikator yang diadaptasi dari SACQ (Baker & Siryk, 1989) dan dimodifikasi sesuai konteks kampus, yaitu: integrasi sosial, relasi interpersonal, keterlibatan sosial, kepuasan sosial, isolasi sosial, dan penyesuaian terhadap lingkungan tempat tinggal. Indikator ini mencakup kemampuan mahasiswa membangun relasi interpersonal, berpartisipasi dalam aktivitas sosial, menilai kualitas kehidupan sosial, mengatasi rasa kesepian, serta menyesuaikan diri dengan lingkungan tempat tinggal di kampus.

a. Integrasi Sosial Umum (*General Social Integration*)

Integrasi sosial mencerminkan sejauh mana mahasiswa merasa menjadi bagian dari kehidupan kampus

dan memiliki keterikatan terhadap lingkungan sosial (*sense of belonging*). Penyesuaian sosial, juga dikenal sebagai penyesuaian ke perguruan tinggi, mencakup kemampuan mahasiswa untuk terhubung dengan teman sebaya dan civitas akademika mereka. Ini terkait dengan gagasan keterikatan sosial dan dukungan interpersonal. Menurut penelitian, keterlibatan mahasiswa dalam aktivitas sosial dan interaksi yang signifikan dengan orang lain terkait dengan kemampuan mereka untuk berintegrasi secara sosial (Donado et al., 2021).

b. Relasi Interpersonal

Relasi interpersonal adalah kemampuan mahasiswa dalam membangun dan mempertahankan hubungan sosial dengan individu lain dalam lingkungan kampus. Hubungan interpersonal merupakan bagian inti dari social adjustment karena berkaitan langsung dengan interaksi sosial mahasiswa yang kuat dan berkelanjutan. Studi menunjukkan bahwa keterampilan sosial dan dukungan sosial positif terkait erat dengan penyesuaian sosial siswa; hubungan interpersonal yang kuat meningkatkan adaptasi (Riggio et al., 1993).

c. Keterlibatan Sosial

Keterlibatan dalam aktivitas sosial kampus mencakup partisipasi dalam kegiatan organisasi, pertemuan sosial, atau kegiatan informal yang memungkinkan mahasiswa terlibat secara aktif dengan lingkungan sosial kampus. Penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan sosial berkaitan dengan keberhasilan penyesuaian mahasiswa karena membantu meningkatkan hubungan sosial dan dukungan yang diterima mahasiswa di lingkungan kampus (Donado et al., 2021).

d. Kepuasan Sosial

Kepuasan sosial mencakup evaluasi subjektif mahasiswa terhadap kualitas pengalaman sosial di kampus. Kepuasan ini dapat mencakup seberapa nyaman mahasiswa merasa dengan hubungan sosial yang dibangunnya, serta tingkat keterlibatan dan dukungan yang dialami. Penelitian adaptasi mahasiswa menunjukkan bahwa mahasiswa dengan keterampilan sosial yang lebih tinggi dan jaringan sosial yang seimbang cenderung melaporkan tingkat kepuasan sosial yang lebih baik, yang merupakan bagian dari penyesuaian sosial yang lebih luas (Riggio et al., 1993).

e. Isolasi Sosial

Isolasi sosial menggambarkan pengalaman kesepian atau keterasingan yang dialami mahasiswa dalam upaya membangun hubungan sosial. Penelitian dengan SACQ dan studi terkait melaporkan bahwa dimensi psikososial yang lebih rendah, termasuk isolasi sosial, berkaitan dengan kesulitan dalam penyesuaian sosial dan bahkan dapat memprediksi tingkat stres, kesepian, dan penurunan adaptasi sosial (Donado et al., 2021).

f. Penyesuaian terhadap Lingkungan Tempat Tinggal

Meskipun SACQ asli tidak secara eksplisit memisahkan indikator ini sebagai sub-skala terpisah, banyak penelitian adaptasi mahasiswa menunjukkan bahwa penyesuaian terhadap lingkungan fisik dan sosial tempat tinggal (termasuk hubungan dengan teman sekamar atau komunitas asrama) merupakan konteks tambahan yang memengaruhi kemampuan mahasiswa dalam beradaptasi secara sosial di kampus, terutama pada mahasiswa yang merantau atau tinggal jauh dari rumah. Hubungan sosial dan dukungan dari lingkungan tempat tinggal kampus berkaitan dengan keberhasilan adaptasi sosial dan perasaan keterikatan (Dara et al., 2020).

Selain model yang dikembangkan oleh Robert W. Baker dan Bernard Stryk, konsep penyesuaian sosial juga telah dijelaskan oleh beberapa tokoh dalam psikologi perkembangan dan psikologi sosial. Perspektif-perspektif ini memberikan landasan teoritis yang lebih luas mengenai bagaimana individu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya.

(Goffman, 1949) menjelaskan bahwa individu mengelola citra sosialnya dalam berbagai konteks untuk memperoleh penerimaan dari kelompok sosial yang lebih luas. Dalam konteks mahasiswa, penyesuaian sosial mencakup kemampuan menampilkan perilaku yang sesuai dengan norma kampus dan menyesuaikan diri dengan ekspektasi sosial yang berbeda-beda. Aspek Penyesuaian Sosial menurut Goffman yaitu:

a. Pengelolaan Citra Diri (*Impression Management*)

(Goffman, 1949) menjelaskan bahwa individu secara aktif mengatur kesan yang ditampilkan kepada orang lain untuk memperoleh penerimaan sosial. Dalam konteks mahasiswa, penyesuaian sosial tercermin dari kemampuan menampilkan perilaku yang sesuai dengan ekspektasi lingkungan kampus agar diterima dalam kelompok sosial.

b. Penyesuaian Perilaku Berdasarkan Konteks

Menurut (Goffman, 1949), individu menampilkan perilaku berbeda sesuai situasi sosial (*front stage* dan *back*

stage). Mahasiswa yang mampu membedakan sikap formal dan informal menunjukkan fleksibilitas sosial yang mendukung keberhasilan adaptasi di perguruan tinggi.

c. Upaya Memperoleh Penerimaan Sosial

Penyesuaian sosial juga mencakup strategi individu untuk diakui sebagai bagian dari kelompok. Mahasiswa menyesuaikan gaya komunikasi dan keterlibatan sosial untuk membangun rasa memiliki (Goffman, 1949).

d. Regulasi Peran Sosial

Individu menjalankan berbagai peran sosial secara simultan. Kemampuan mengelola peran sebagai mahasiswa, teman, dan anggota organisasi secara seimbang merupakan indikator penyesuaian sosial yang adaptif (Goffman, 1949).

Kemudian (Ryff, 1989) juga menambahkan bahwa salah satu dimensi kesejahteraan psikologis adalah hubungan positif dengan orang lain. Dalam konteks ini, penyesuaian sosial berkaitan erat dengan kualitas relasi interpersonal dan perasaan diterima dalam lingkungan sosial. Menurut Ryff aspek penyesuaian sosial yaitu

a. Hubungan Positif dengan Orang Lain

(Ryff, 1989) menempatkan *positive relations with others* sebagai salah satu dimensi utama kesejahteraan psikologis. Aspek ini menekankan kemampuan individu membangun hubungan yang hangat, empatik, dan saling percaya. Dalam

konteks mahasiswa, kualitas relasi interpersonal yang positif menjadi indikator penting keberhasilan penyesuaian sosial.

b. Perasaan Diterima dalam Lingkungan Sosial

Menurut (Ryff, 1989), individu yang memiliki kesejahteraan psikologis tinggi cenderung merasa diterima dan dihargai dalam kelompok sosialnya. Pada mahasiswa, rasa diterima di lingkungan kampus memperkuat *sense of belonging* dan mendukung integrasi sosial yang lebih stabil.

c. Dukungan Sosial dan Kesejahteraan Psikologis

(Ryff, 1989), menegaskan bahwa hubungan interpersonal yang suportif berkontribusi pada kesejahteraan psikologis. Dalam konteks penyesuaian sosial, dukungan sosial membantu mahasiswa menghadapi tekanan akademik maupun sosial, sehingga meningkatkan ketahanan psikologis.

Berdasarkan penjelasan di atas aspek penyesuaian sosial terdiri dari beberapa aspek penting. Pertama, integrasi sosial umum, yang mencakup perasaan diterima dan nyaman dalam lingkungan kampus. Kedua, hubungan interpersonal, yang melibatkan kualitas relasi dengan teman sebaya dan dosen. Ketiga, *homesickness* dan kesepian sosial, yang mengukur kemampuan mahasiswa mengatasi perasaan rindu tanpa mengganggu interaksi sosial. Terakhir, partisipasi dan kepuasan terhadap lingkungan sosial, yang mencakup keterlibatan dalam kegiatan

sosial dan kepuasan terhadap suasana kampus. Semua aspek ini saling mendukung dalam membantu mahasiswa beradaptasi dan berkembang di perguruan tinggi.

3. Faktor yang mempengaruhi Penyesuaian Sosial

Dimensi penyesuaian sosial dalam penelitian ini diukur berdasarkan aspek-aspek yang diadaptasi dari *Student Adaptation to College Questionnaire* (SACQ) yang dikembangkan oleh Baker dan Stryk (1989) serta disesuaikan dengan konteks kehidupan mahasiswa di perguruan tinggi. Dimensi tersebut meliputi integrasi sosial umum (*general social integration*), hubungan interpersonal (*interpersonal relationships*), nostalgia atau kerinduan terhadap rumah (*homesickness*), serta partisipasi dan kepuasan terhadap lingkungan sosial (*social participation and satisfaction*) (Baker & Stryk, 1989). Berdasarkan konseptualisasi mereka, beberapa faktor utama yang mempengaruhi penyesuaian sosial adalah sebagai berikut.

a. Karakteristik Personal Mahasiswa

Baker dan Stryk (1989) menekankan bahwa latar belakang personal, termasuk kesiapan psikologis, kematangan emosi, serta keterampilan sosial, mempengaruhi kemampuan mahasiswa dalam berinteraksi dan berintegrasi dengan lingkungan sosial kampus. Mahasiswa yang memiliki kompetensi sosial dan regulasi emosi yang baik

cenderung lebih mudah membangun relasi interpersonal yang positif.

b. Dukungan Sosial dan Kualitas Relasi Interpersonal

Ketersediaan dukungan sosial dari teman sebaya, keluarga, maupun dosen berperan penting dalam keberhasilan penyesuaian sosial. Mahasiswa yang mampu membangun hubungan yang suportif dan memiliki jaringan sosial yang memadai cenderung menunjukkan tingkat adaptasi sosial yang lebih tinggi.

c. Keterlibatan dalam Aktivitas Sosial Kampus

Partisipasi dalam kegiatan organisasi, aktivitas ekstrakurikuler, dan interaksi sosial informal menjadi faktor yang memperkuat integrasi sosial mahasiswa. Baker dan Stryk (1989) menunjukkan bahwa keterlibatan aktif dalam kehidupan kampus berkorelasi dengan peningkatan rasa memiliki (*sense of belonging*) dan kepuasan terhadap pengalaman sosial.

d. Kepuasan terhadap Lingkungan Institusi

Persepsi mahasiswa terhadap iklim sosial dan budaya kampus turut mempengaruhi penyesuaian sosial. Mahasiswa yang merasa nyaman dan puas dengan lingkungan institusi cenderung lebih mudah menyesuaikan diri secara sosial

dibandingkan mahasiswa yang mengalami ketidakpuasan atau perasaan terasing.

Menurut Goffman (1949), penyesuaian sosial dipengaruhi oleh kemampuan individu dalam mengelola interaksi sosial melalui proses presentasi diri (*self-presentation*). Dalam perspektif dramaturgisnya, kehidupan sosial dianalogikan sebagai panggung, di mana individu berperan sebagai aktor yang menampilkan identitas tertentu sesuai dengan ekspektasi *audiens* sosial (Goffman, 1949). Berdasarkan kerangka tersebut, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi keberhasilan penyesuaian sosial.

a. Kemampuan Mengelola Citra Diri (*Impression Management*)

Goffman (1949) menekankan bahwa individu yang mampu mengontrol kesan yang ditampilkan kepada orang lain akan lebih mudah diterima dalam lingkungan sosial. Dalam konteks mahasiswa, kemampuan menampilkan diri secara sesuai dengan norma akademik dan sosial kampus menjadi faktor penting dalam membangun relasi interpersonal yang positif.

b. Sensitivitas terhadap Norma dan Konteks Sosial

Penyesuaian sosial dipengaruhi oleh kemampuan individu membaca situasi sosial (*definition of the situation*). Mahasiswa yang memahami perbedaan konteks formal dan

informal akan lebih adaptif dalam berinteraksi, sehingga meminimalkan konflik sosial dan kesalahpahaman (Goffman, 1949).

c. Konsistensi Peran Sosial

Individu menjalankan berbagai peran sosial yang menuntut konsistensi perilaku. Ketidaksesuaian antara peran yang ditampilkan dan ekspektasi sosial dapat mengganggu penerimaan sosial. Oleh karena itu, kemampuan menjaga konsistensi identitas sosial menjadi faktor penting dalam keberhasilan penyesuaian (Goffman, 1949).

d. Interaksi Timbal Balik dengan Lingkungan

Goffman (1949) menegaskan bahwa interaksi sosial bersifat dinamis dan dipengaruhi oleh respons dari orang lain. Penerimaan atau penolakan sosial akan memengaruhi strategi presentasi diri individu selanjutnya. Dengan demikian, kualitas respons lingkungan turut menentukan keberhasilan penyesuaian sosial.

Dalam model kesejahteraan psikologisnya, (Ryff, 1989) menekankan bahwa kualitas hubungan interpersonal dan keberfungsian psikologis individu berperan penting dalam adaptasi sosial. Meskipun Ryff tidak secara spesifik membahas penyesuaian sosial dalam konteks mahasiswa, dimensi-dimensinya relevan dalam menjelaskan faktor-

faktor yang memengaruhi keberhasilan individu dalam lingkungan sosial.

a. Hubungan Positif dengan Orang Lain (*Positive Relations with Others*)

Ryff (1989) menyatakan bahwa individu yang memiliki hubungan hangat, empatik, dan saling percaya dengan orang lain cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi. Dalam konteks mahasiswa, kualitas hubungan interpersonal menjadi faktor utama yang mempengaruhi keberhasilan penyesuaian sosial.

b. Penerimaan Diri (*Self-Acceptance*)

Kemampuan menerima diri sendiri, termasuk kelebihan dan kekurangan, membantu individu merasa lebih percaya diri dalam interaksi sosial. Mahasiswa yang memiliki penerimaan diri yang baik cenderung lebih stabil secara emosional dan lebih mudah membangun relasi sosial yang sehat (Ryff, 1989).

c. Otonomi (*Autonomy*)

Otonomi merujuk pada kemampuan individu untuk bertindak secara mandiri tanpa tekanan sosial yang berlebihan. Mahasiswa yang memiliki otonomi yang sehat mampu mempertahankan identitas pribadi sekaligus tetap beradaptasi dengan norma sosial kampus (Ryff, 1989).

d. Penguasaan Lingkungan (*Environmental Mastery*)

Ryff (1989) menekankan bahwa individu yang mampu mengelola lingkungan sosialnya secara efektif akan lebih mudah beradaptasi. Dalam konteks perguruan tinggi, kemampuan memahami dinamika sosial dan memanfaatkan sumber daya kampus menjadi faktor penting dalam penyesuaian sosial.

Hako et al. (2023) menjelaskan bahwa penyesuaian sosial mahasiswa dalam pendidikan tinggi dipengaruhi oleh interaksi antara faktor personal dan faktor relasional. Penyesuaian sosial dipandang sebagai mekanisme yang membantu mahasiswa mengatasi tekanan akademik dan sosial melalui keterhubungan interpersonal yang sehat. Berdasarkan temuan mereka, beberapa faktor utama yang mempengaruhi penyesuaian sosial adalah sebagai berikut.

a. Dukungan Sosial

Hako et al. (2023) menegaskan bahwa dukungan sosial dari teman sebaya, keluarga, dan lingkungan kampus berperan sebagai faktor protektif dalam proses adaptasi. Mahasiswa yang memperoleh dukungan emosional dan instrumental cenderung lebih mudah menyesuaikan diri secara sosial serta lebih mampu menghadapi stres akademik.

b. Kualitas Hubungan Interpersonal

Kemampuan membangun relasi yang sehat dan suportif menjadi faktor penting dalam penyesuaian sosial. Hubungan interpersonal yang positif meningkatkan rasa keterhubungan dengan komunitas kampus dan memperkuat integrasi sosial mahasiswa (Hako et al., 2023).

c. Resiliensi Mahasiswa

Hako et al. (2023) menekankan bahwa resiliensi berperan dalam membantu mahasiswa bertahan dan berkembang di tengah tekanan sosial dan akademik. Mahasiswa yang resilien lebih mampu mempertahankan keterlibatan sosial meskipun menghadapi tantangan.

d. Keterlibatan Sosial Aktif

Partisipasi dalam kegiatan sosial kampus, organisasi, dan aktivitas kelompok turut mempengaruhi keberhasilan penyesuaian sosial. Mahasiswa yang aktif secara sosial cenderung memiliki tingkat kepuasan dan keterhubungan yang lebih tinggi terhadap lingkungan kampus (Hako et al., 2023).

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa penyesuaian sosial mahasiswa dipengaruhi oleh beberapa faktor utama. Faktor pertama adalah karakteristik personal mahasiswa, seperti kesiapan psikologis, kematangan emosi, dan keterampilan sosial, yang

mempengaruhi kemampuan mereka untuk berinteraksi dan berintegrasi dengan lingkungan kampus. Kedua, dukungan sosial dari teman sebaya, keluarga, dan dosen sangat penting dalam mendukung penyesuaian sosial. Ketiga, keterlibatan aktif dalam kegiatan sosial kampus, seperti organisasi dan ekstrakurikuler, memperkuat rasa memiliki terhadap kampus. Terakhir, kepuasan terhadap lingkungan institusi, termasuk iklim sosial dan budaya kampus, turut mempengaruhi penyesuaian sosial mahasiswa. Semua faktor ini saling mendukung dalam membantu mahasiswa beradaptasi dan berhasil dalam kehidupan kampus.

C. Anak Tengah dalam Psikologi Perkembangan

1. Konsep *Psychological Birth-Order*

Dalam Psikologi, Alfred Adler mengembangkan konsep urutan kelahiran, yang menempatkan struktur keluarga sebagai arena sosial pertama di mana individu membangun gaya hidup (*style of life*) dan skema makna dirinya. Menurut Adler, yang menentukan bukanlah urutan biologis semata-mata, tetapi bagaimana anak memaknai posisinya dalam hubungan kekuasaan, afeksi, dan persaingan di dalam keluarga (Adler, 1927). Perspektif ini menegaskan bahwa keluarga merupakan sistem hierarkis yang sarat dinamika psikososial; setiap posisi melahirkan tuntutan adaptif yang berbeda, sehingga anak mengembangkan strategi unik untuk memperoleh signifikansi dan rasa memiliki (*sense of belonging*). Dalam kerangka ini, anak tengah berpotensi membentuk gaya hidup yang bercirikan fleksibilitas sosial

dan sensitivitas terhadap dinamika relasional karena ia tumbuh dalam konteks kompetisi dua arah yaitu dengan kakak dan adik sekaligus.

Elaborasi konsep urutan kelahiran psikologis oleh William M. B. E. Eckstein dan rekannya menunjukkan bahwa, tidak seperti urutan biologis objektif, persepsi subjektif seseorang tentang posisinya dalam keluarga memiliki korelasi yang lebih kuat dengan karakteristik kepribadian (Eckstein et al., 2010) Hasil ini mendukung tesis Adler bahwa pengalaman psikologis memiliki pengaruh yang lebih besar daripada data demografis. Oleh karena itu, anak yang secara biologis berada di tengah belum tentu memaknai dirinya sebagai "anak tengah" apabila distribusi perhatian orang tua, jarak usia, atau konfigurasi gender mengubah struktur relasional yang ia alami. Misalnya, anak kedua dapat mengalami kondisi psikologis yang mirip dengan anak sulung atau bahkan anak tunggal parsial dalam keluarga yang memiliki jarak usia lebar. Oleh karena itu, analisis perkembangan anak tengah harus memasukkan faktor sistemik seperti kohesi keluarga, diferensiasi peran, dan pandangan tentang keadilan distributif dalam pengasuhan.

Teori sistem keluarga Murray Bowen juga mendukung kerangka relasional Adler. Menurut (Bowen, 1993), posisi saudara kandung membentuk pola diferensiasi diri dan regulasi emosi dalam sistem keluarga. Meskipun Bowen berangkat dari tradisi teoritis yang berbeda, keduanya setuju bahwa keluarga adalah sistem yang saling bergantung, di mana setiap posisi memiliki peran yang diharapkan. Studi empiris

terbaru menunjukkan bahwa kualitas hubungan saudara dan penyesuaian psikologis anak berkorelasi dengan diferensiasi perlakuan orang tua (Jensen et al., 2020). Perlakuan yang dianggap kurang eksklusif bagi anak tengah dapat membantu mereka belajar keterampilan sosial melalui negosiasi dan persetujuan, tetapi juga berisiko menyebabkan perasaan invisibilitas apabila tidak diimbangi dengan validasi emosional.

Lebih lanjut, pendekatan kepribadian berbasis sifat (trait-based personality) turut memberikan dukungan parsial terhadap hipotesis Adler. Studi lintas budaya yang dipublikasikan dalam jurnal *Psychological Science* oleh Julia M. Rohrer dan rekan-rekannya menemukan bahwa efek urutan kelahiran terhadap kepribadian cenderung kecil namun tetap terdeteksi dalam dimensi tertentu ketika dianalisis melalui pendekatan diferensial keluarga (Rohrer et al., 2017). Meskipun temuan ini menantang klaim deterministik, hasil tersebut tidak sepenuhnya menegasikan perspektif Adler, melainkan menggeser fokus pada interaksi antara struktur keluarga dan pengalaman subjektif. Dengan kata lain, posisi anak tengah bukanlah determinan tunggal, melainkan konteks perkembangan yang memediasi peluang pembentukan identitas dan kompetensi adaptif.

Posisi "di antara" anak tengah dapat dianggap sebagai laboratorium sosial awal dari sudut pandang perkembangan modern. Ia belajar membangun identitas unik untuk membedakan diri dari kakak

yang sering diasosiasikan dengan tanggung jawab dan adik yang sering menerima perlindungan lebih besar. Selama proses ini, orang menjadi lebih mampu menangani konflik, lebih peka terhadap kebutuhan orang lain, dan lebih cenderung mencari ikatan di luar keluarga inti, seperti kelompok sebaya. Namun, dinamika ini dapat berubah dalam keluarga modern, yang ditandai dengan jumlah anak yang lebih sedikit, pola pengasuhan yang egaliter, dan keluarga yang memiliki dua pendapatan. Kemampuan teori untuk mengintegrasikan elemen struktural baru, seperti keluarga dengan satu anak atau keluarga tiri, serta konfigurasi digital yang memengaruhi distribusi perhatian orang tua, akan semakin bergantung pada relevansi konsep birth order secara psikologis di masa mendatang. Oleh karena itu, posisi anak tengah harus dianggap sebagai variabel kontekstual dalam sistem perkembangan yang dinamis daripada kategori statis yang deterministik.

Jadi konsep anak tengah dalam psikologi perkembangan menegaskan bahwa urutan kelahiran tidak hanya dipahami sebagai posisi biologis, melainkan sebagai pengalaman psikologis yang dibentuk melalui dinamika relasi dalam keluarga. Posisi “di antara” kakak dan adik menghadirkan tuntutan adaptif yang dapat mendorong berkembangnya fleksibilitas sosial, kemampuan negosiasi, dan sensitivitas interpersonal. Namun, tanpa validasi emosional yang memadai, posisi ini juga berpotensi memunculkan perasaan kurang diperhatikan atau invisibilitas. Dengan demikian, anak tengah sebaiknya

dipahami sebagai variabel kontekstual dalam sistem keluarga yang dinamis, di mana kualitas relasi dan pemaknaan subjektif individu menjadi faktor kunci dalam pembentukan identitas dan kompetensi adaptif.

2. Ciri khas anak tengah (*Middle-Child*).

Anak tengah cenderung merasa terabaikan, tidak mendapatkan validasi, dan kebingungan identitas karena berada “di antara” dua peran yang lebih penting. Istilah “sindrom anak tengah”/ “*middle-child syndrome*” adalah istilah yang sering digunakan untuk menggambarkan kondisi ini. Gagasan klasik ini berakar pada teori Alfred Adler, yang menekankan bahwa tantangan relasional khusus ada di setiap posisi kelahiran (Adler, 1927). Namun, literatur empiris kontemporer menunjukkan bahwa generalisasi ini tidak selalu berlaku untuk populasi luas. Menurut penelitian berskala besar yang dilakukan oleh Julia M. Rohrer dan rekan, pengaruh urutan kelahiran terhadap dimensi kepribadian Big Five sangat kecil dan tidak mendukung stereotip yang kuat tentang anak tengah (Rohrer et al., 2017). Oleh karena itu, sindrom tengah anak lebih baik dipahami sebagai fenomena sosial yang membutuhkan validasi kontekstual daripada sebagai kategori psikologis yang deterministik.

Karakteristik anak tengah dapat dibagi menjadi dua kategori utama: potensi adaptasi dan potensi kerentanan, yang keduanya dipengaruhi oleh perubahan dalam keluarga dan budaya.

a. Karakteristik Adaptif Anak Tengah

1) Kemampuan kompromi dan negosiasi sosial

Posisi anak tengah yang berada di antara kakak dan adik sering menuntut kemampuan untuk beradaptasi dengan dua arah relasi sekaligus. Dalam banyak studi perkembangan keluarga, anak tengah menunjukkan kecenderungan menjadi mediator konflik dan lebih fleksibel dalam interaksi interpersonal. Frank J. Sulloway berargumentasi bahwa dinamika kompetisi saudara kandung mendorong diferensiasi strategi sosial; anak tengah cenderung mengembangkan pola kooperatif dan diplomatis sebagai strategi memperoleh posisi unik dalam keluarga (Sulloway, 2020)

2) Orientasi relasi di luar keluarga inti

Karena tidak selalu memperoleh perhatian eksklusif, anak tengah kerap membangun jaringan sosial yang lebih luas di luar keluarga, termasuk relasi pertemanan yang kuat. Dalam perspektif evolusioner yang dikemukakan oleh Catherine Salmon dan Martin Daly, kecenderungan ini dapat dipahami sebagai strategi adaptif untuk memperoleh dukungan sosial alternatif ketika sumber daya intra-

keluarga terbatas (Salmon & Daly, 1998). Orientasi eksternal ini berpotensi meningkatkan kompetensi sosial, empati, dan sensitivitas interpersonal.

3) Empati dan sensitivitas relasional

Anak tengah yang terbiasa mengamati interaksi antara kakak dan adik sering mengembangkan perspektif sosial yang lebih luas. Dalam keluarga dengan distribusi perhatian yang relatif adil, posisi ini memungkinkan pembentukan empati yang tinggi karena anak tengah belajar memahami berbagai perspektif dalam sistem keluarga. Penelitian mutakhir tentang perlakuan diferensial orang tua menunjukkan bahwa persepsi keadilan dalam keluarga berkorelasi dengan penyesuaian psikologis dan kualitas hubungan saudara (Jensen et al., 2020).

b. Potensi Kerentanan dan Risiko Kontekstual

1) Perasaan invisibility dan kurangnya validasi

Jika perhatian orang tua terlalu berfokus pada prestasi anak sulung dan kebutuhan anak bungsu, anak tengah mungkin merasa kurang terlihat. Pengalaman subjektif perlakuan diferensial masih berdampak pada harga diri dan kesejahteraan

psikologis, meskipun efek rata-rata urutan kelahiran terhadap kepribadian kecil (Rohrer et al., 2017).

2) Anak tengah berada dalam posisi komparatif ganda

Dibandingkan dengan kakak yang dianggap lebih mahir atau bertanggung jawab dan adik yang dianggap lebih aman. Risiko kecemasan sosial dan kebingungan identitas dapat meningkat jika perbandingan ini dilakukan secara terus menerus tanpa dukungan emosional.

3) Tekanan peran dalam budaya kolektivistik

Penelitian lintas budaya menemukan bahwa norma sosial dan budaya lokal dapat sangat memengaruhi harapan dan peran yang didasarkan pada urutan kelahiran. Menurut Zheng et al., (2021), nilai hierarki dan tanggung jawab filial dalam keluarga, terutama di masyarakat Asia seperti Tiongkok dan Indonesia, terkait erat dengan peran yang berbeda antar anggota keluarga. Setiap anak dalam keluarga, termasuk anak tengah, dipengaruhi oleh prinsip-prinsip ini melalui mediasi empati, identitas moral, rasa syukur, dan perasaan berutang (Zheng et al., 2021). Hasilnya menunjukkan bahwa

sifat dan peran anak tengah tidak dapat dilepaskan dari konteks sosial dan budaya yang membentuk harapan dan penugasannya di dalam keluarga.

3. Faktor keluarga yang memengaruhi kepribadian anak tengah.

Dinamika sistem keluarga sebagai konteks sosial utama tidak dapat dilepaskan dari perkembangan kepribadian anak tengah. Posisi anak tengah berkaitan dengan pola asuh, distribusi sumber daya emosional, hubungan saudara kandung, dan norma budaya yang mengatur ekspektasi peran. Posisi anak tengah juga penting dalam kerangka psikologi perkembangan dan sistem keluarga. Oleh karena itu, evaluasi faktor keluarga harus dilakukan secara kontekstual dan multidimensional.

a. Pola Asuh Orang Tua

Pola asuh merupakan mekanisme proksimal yang berperan dalam regulasi emosi, kontrol diri, dan pembentukan pemahaman diri anak. Bukti meta-analitik menunjukkan bahwa perilaku pengasuhan ibu dan ayah umumnya berkorelasi serupa dengan masalah internalisasi, meskipun terdapat temuan spesifik seperti overproteksi ibu yang berkaitan dengan kecemasan (Manuele et al., 2023). Bagi anak tengah yang berada dalam dinamika relasi yang lebih padat dan komparatif dengan kakak serta adik,

perbedaan kecil dalam responsivitas atau proteksi dapat dimaknai secara lebih signifikan.

Dalam keluarga dengan lebih dari satu anak, isu sentral tidak hanya terletak pada gaya pengasuhan, tetapi juga pada parental differential treatment. Meta-analisis menunjukkan bahwa anak yang menerima lebih sedikit kehangatan atau lebih banyak hostilitas dibanding saudaranya cenderung memperlihatkan penyesuaian yang kurang adaptif, terutama pada masalah eksternalisasi (Eradus et al., 2024). Risiko ini semakin meningkat ketika orang tua mengalami stres atau masalah kesehatan mental yang mendorong perlakuan berbeda antar saudara (Jensen et al., 2022). Dalam konteks tersebut, anak tengah yang tidak selalu menjadi pusat ekspektasi maupun proteksi, lebih rentan menerima respons yang kurang konsisten, sehingga konsistensi, keadilan perseptual, dan keseimbangan pengasuhan menjadi faktor protektif penting bagi perkembangan adaptifnya.

b. Distribusi perhatian dan sumber daya keluarga

Distribusi sumber daya keluarga membentuk kepribadian melalui pengalaman berulang atas perhatian, validasi, dan dukungan yang diterima anak. Alokasi waktu orang tua berhubungan dengan perkembangan keterampilan sosioemosional, dan ketimpangan kecil dalam “waktu

berkualitas” dapat terakumulasi menjadi perbedaan dalam kepercayaan diri sosial, ketekunan, dan strategi koping (Carlos & Id, 2023).

Kelahiran saudara baru menjadi titik balik yang mengubah pola investasi orang tua, dan perubahan ini tidak selalu merata pada setiap anak. Bagi anak tengah yang mengalami dua transisi posisi, kurangnya penguatan relasional dapat mendorong kemandirian lebih cepat, tetapi juga berisiko membentuk persepsi diri sebagai kurang diprioritaskan (Chen, 2021).

Dalam konteks Indonesia, temuan kausal berbasis data sensus menunjukkan bahwa ukuran saudara memengaruhi capaian pendidikan, mencerminkan mekanisme penurunan sumber daya. Dalam keluarga besar, kompetisi atas sumber daya dapat membentuk pola kepribadian yang lebih kompetitif, negosiatif, atau justru menarik diri, tergantung pada dinamika relasi keluarga (Feng, 2021).

c. Relasi dengan saudara kandung: sibling rivalry dan sibling support

Relasi saudara menjadi arena belajar sosial yang intens bagi anak tengah karena ia berinteraksi dua arah dengan kakak dan adik, sehingga lebih sering melatih negosiasi, kompromi, dan sensitivitas emosi. Namun, efek

perkembangan ini sangat bergantung pada iklim keluarga. Meta-analisis menunjukkan bahwa konflik pasangan orang tua berkorelasi dengan kualitas relasi saudara; konflik yang tidak terselesaikan dapat “menular” menjadi interaksi yang lebih keras dan kurang suportif antar saudara (Id et al., 2021). Dalam situasi tersebut, anak tengah berisiko mengalami tekanan ganda, baik sebagai sasaran konflik maupun sebagai penengah yang mengambil peran terlalu dini.

Selain itu, dinamika konflik saudara berkaitan erat dengan pola asuh. Meta-analisis menemukan bahwa dimensi pengasuhan berhubungan dengan tingkat konflik saudara, terutama ketika kehangatan rendah, aturan tidak konsisten, atau kontrol terlalu keras (Liu et al., 2022). Riset model struktural juga menunjukkan bahwa karakteristik pengasuhan, termasuk keterlibatan ayah yang semakin meningkat dalam keluarga modern, berkontribusi pada kualitas relasi saudara dan konfigurasi peran antar anak (Chy & Rymes, 2023). Dengan demikian, kualitas relasi saudara pada anak tengah tidak ditentukan oleh posisinya semata, melainkan oleh interaksi antara iklim keluarga, konsistensi pengasuhan, dan pola keterlibatan orang tua.

d. Konteks budaya dan struktur keluarga modern

Budaya membentuk aturan implisit mengenai prioritas anak dalam keluarga, termasuk kecenderungan favoritisme berdasarkan gender dan usia pada domain tertentu seperti otonomi dan kontrol. Meta-analisis menunjukkan pola yang relatif konsisten, sehingga pengalaman anak tengah dipengaruhi pula oleh konfigurasi gender, jarak usia, dan norma keluarga (Jensen & Jorgensen-Wells, 2025). Dengan demikian, variasi pengalaman anak tengah lebih tepat dipahami sebagai hasil interaksi antara posisi kelahiran dan ekspektasi kultural, bukan sebagai konsekuensi “sindrom” semata.

Perubahan struktur keluarga modern semakin memperluas makna posisi “tengah”. Dalam keluarga tiri dan keluarga kompleks, urutan kelahiran psikologis dapat berbeda dari urutan biologis, dan kualitas relasi serta kejelasan batas peran berperan penting dalam penyesuaian anak (Jikihara, 2025). Di sisi lain, tren penurunan fertilitas dan meningkatnya beban kerja orang tua menjadikan differential treatment, konsistensi kehangatan, serta dukungan saudara sebagai faktor yang lebih prediktif dibanding label urutan kelahiran itu sendiri (Jensen et al., 2022). Oleh karena itu posisi anak tengah dalam konteks

kontemporer harus dipahami secara kultural dan struktural, dengan menekankan kualitas relasi dan praktik pengasuhan sebagai penentu utama perkembangan.

D. Relevansi Dengan *Resiliensi* Dan Penyesuaian Diri.

1. Relevansi Anak Tengah dengan Resiliensi

a. Dinamika Posisi Anak Tengah sebagai Faktor Protektif

Posisi anak tengah dalam struktur keluarga menempatkan individu pada situasi yang menuntut fleksibilitas peran, negosiasi, serta kemampuan adaptif yang tinggi. Dalam konteks psikologi perkembangan, pengalaman menghadapi kompetisi sumber daya emosional dan perhatian orang tua dapat menjadi stimulus pembentukan mekanisme coping adaptif. Resiliensi dipahami sebagai kapasitas individu untuk mempertahankan atau memulihkan fungsi psikologis positif setelah menghadapi tekanan atau kesulitan (Masten, 2021). Pada anak tengah, pengalaman berkompetisi secara konstruktif dengan saudara kandung dapat berperan sebagai developmental training ground dalam membangun regulasi emosi dan toleransi terhadap frustrasi.

b. Pengalaman Kompetisi dan Negosiasi sebagai Latihan Adaptif

Penelitian menunjukkan bahwa dinamika saudara kandung yang melibatkan kompetisi dan negosiasi berkontribusi terhadap pembentukan keterampilan problem solving dan regulasi diri

(Whiteman et al., 2015). Anak tengah sering berada pada posisi mediasi antara kakak dan adik, sehingga secara tidak langsung mengembangkan:

- kemampuan perspektif-taking,
- kontrol impuls,
- keterampilan komunikasi interpersonal,
- toleransi terhadap ambiguitas peran.

Pengalaman ini berpotensi memperkuat dimensi *self-efficacy* dan *coping flexibility*, yang merupakan komponen penting dalam resiliensi (Southwick et al., 2014).

c. Peran Dukungan Keluarga dalam Memperkuat Resiliensi

Resiliensi tidak berkembang secara individual semata, tetapi sangat dipengaruhi oleh kualitas relasi keluarga. Hubungan saudara kandung yang suportif dapat menjadi faktor protektif terhadap stres psikososial (Dirks et al., 2015). Anak tengah yang memperoleh validasi emosional dan dukungan sosial dari keluarga cenderung menunjukkan:

- ketahanan emosional lebih stabil,
- tingkat stres yang lebih rendah,
- kemampuan bangkit dari konflik interpersonal.

Dengan demikian, posisi anak tengah dapat menjadi konteks perkembangan resiliensi apabila didukung oleh iklim keluarga yang positif.

2. Relevansi Anak Tengah dengan Penyesuaian Diri

a. Penyesuaian Diri sebagai Proses Adaptif Sosial

Penyesuaian diri merupakan proses adaptif yang memungkinkan individu untuk menyeimbangkan tuntutan internal dan eksternal dalam interaksi sosial mereka. Menurut (Nozaki et al., 2012), penyesuaian diri sangat dipengaruhi oleh hubungan sosial, khususnya dalam konteks keluarga, di mana interaksi antar saudara dapat membentuk keterampilan sosial dan kemampuan adaptasi anak. Selain itu, penelitian oleh (Kim et al., 2007) menunjukkan bahwa dinamika hubungan antar saudara, yang melibatkan konflik maupun keintiman, berperan penting dalam perkembangan kompetensi sosial dan penyesuaian emosional seseorang. Kedua penelitian ini menegaskan bahwa penyesuaian diri tidak hanya dipengaruhi oleh faktor individual, tetapi juga sangat bergantung pada pengalaman sosial dalam lingkungan terdekat seperti keluarga.

b. Adaptasi terhadap Perubahan dan Peran Sosial

Struktur keluarga menuntut anak tengah untuk:

- 1) menyesuaikan diri dengan perubahan distribusi perhatian orang tua,
- 2) mengelola konflik antar saudara,
- 3) membangun identitas unik di antara anggota keluarga lainnya.

Menurut Jensen dan (Jensen & Mchale, 2016) kualitas hubungan saudara kandung berhubungan signifikan dengan kompetensi sosial dan penyesuaian psikologis pada masa remaja. Anak tengah yang terlibat dalam interaksi kooperatif cenderung menunjukkan:

- 1) keterampilan sosial yang lebih baik,
- 2) kemampuan adaptasi lingkungan yang lebih tinggi,
- 3) stabilitas emosi dalam relasi sosial.

c. Peran Budaya dalam Pembentukan Penyesuaian Diri

Dalam budaya kolektivistik, peran anak tengah sebagai mediator dalam keluarga, terutama dalam menengahi dinamika antara saudara yang lebih tua dan lebih muda dapat memperkuat keterampilan komunikasi interpersonal dan empati, yang pada gilirannya mendukung penyesuaian diri sosial. Sebagai contoh, studi oleh Morgan dan Rogers (2026) menunjukkan bahwa kedekatan dengan saudara terutama bagi anak tengah, memfasilitasi kemampuan pemecahan masalah dalam hubungan antar saudara, yang kemudian meningkatkan motivasi sosial seperti perilaku prososial dan penghargaan sosial (Morgan & Rogers, 2026).

Namun demikian, apabila perhatian orang tua tidak seimbang dan tidak disertai dukungan emosional yang memadai, anak tengah bisa mengalami perasaan ‘invisibility’ atau tidak terlihat secara sosial. Penelitian tentang emotional neglect menunjukkan bahwa kekurangan dukungan emosional dari orang tua berpotensi

menurunkan perilaku prososial dan merusak penyesuaian sosial anak (Zhang et al., 2025).

E. Perspektif Islam terhadap Resiliensi dan Penyesuaian Sosial

1. Resiliensi dalam Perspektif Islam

Dalam perspektif Islam, resiliensi tidak hanya dipahami sebagai kemampuan psikologis individu dalam bertahan dan pulih dari tekanan, tetapi juga sebagai kualitas spiritual yang berakar pada keimanan, kesabaran, dan ketundukan kepada ketetapan Allah. Konsep ini menempatkan manusia sebagai makhluk yang senantiasa berada dalam ujian kehidupan, baik dalam bentuk kesulitan, kehilangan, maupun tekanan sosial. Al-Qur'an memberikan kerangka konseptual yang jelas bahwa setiap peristiwa hidup memiliki makna, keteraturan, dan tujuan yang dapat menjadi dasar bagi ketahanan psikologis individu.

Salah satu landasan utama konsep resiliensi dalam Islam terdapat dalam QS. Al-Hadid ayat 22–23 yang menegaskan bahwa setiap musibah telah tertulis sebelum terjadi, serta manusia diarahkan untuk tidak larut dalam kesedihan yang berlebihan maupun kegembiraan yang melampaui batas.

Firman Allah dalam QS. Al-Hadid (57): 22–23

مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِنْ قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ ﴿٢٢﴾

لِكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَى مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ ۗ ﴿٢٣﴾

Artiya: “Tidak ada bencana (apa pun) yang menimpa di bumi dan tidak (juga yang menimpa) dirimu, kecuali telah tertulis dalam Kitab (Lauh Mahfuz) sebelum Kami mewujudkannya. Sesungguhnya hal itu mudah bagi Allah.

(Yang demikian itu kami tetapkan) agar kamu tidak bersedih terhadap apa yang luput dari kamu dan tidak pula terlalu gembira terhadap apa yang diberikan-Nya kepadamu.”

Tabel 2. 1 Makna Psikologis Per Frasa QS. Al-Hadid

(57): 22 – 23

Lafadz	Terjemahan dan penjelasan	Makna Psikologis
مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ	Tidak suatu musibah menimpa apapun.	Musibah dalam psikologi yaitu problem / masalah
	Kata <i>aṣāba</i> menunjukkan sesuatu yang terjadi secara aktual dan mengenai sasaran. <i>Muṣībah</i> merujuk pada peristiwa yang membawa kesulitan atau gangguan dalam kehidupan manusia.	/ stresor yang mana individu akan selalu menghadapi nya dalam hidup. Hal ini menjadi bagian dari realitas psikologis yang

		tidak dapat dihindari.
فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنْفُسِكُمْ	Di bumi dan tidak pula pada diri kalian sendiri. Frasa ini mencakup lingkungan, dan dimensi eksternal dan dari dalam diri internal manusia. <i>Al-ard</i> seperti kondisi menunjukkan lingkungan emosional, sosial dan alam. Sedangkan pikiran, atau <i>Anfusikum</i> merujuk pada kesehatan mental. kondisi psikologis dan biologis manusia.	Stresor dapat berasal dari luar diri seperti
إِلَّا فِي كِتَابٍ مِّن قَبْلُ أَنْ نَبْرَأَهَا	Melainkan telah tertulis dalam Kitab (Lauh Mahfuz) sebelum Kami mewujudkannya. Frasa <i>Kitaba</i> dipahami sebagai struktur informasi yang teratur. Sementara <i>min qabli an nabra'ahā</i>	Individu yang meyakini adanya keteraturan dalam setiap peristiwa cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah karena mampu

menegaskan bahwa seluruh peristiwa telah memiliki ketetapan sebelum terjadinya realisasi dalam kehidupan nyata.	menerima ketidakpastian sebagai bagian dari sistem yang terkontrol.	
		Keyakinan ini juga berkontribusi terhadap peningkatan regulasi kognitif, stabilitas emosi, serta kemampuan adaptasi dalam menghadapi situasi yang tidak terduga
إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ	Sesungguhnya hal itu sangat mudah bagi Allah. Kata <i>yasīr</i> menunjukkan kemudahan dalam pengendalian sistem semesta. Secara ilmiah, ini	Individu yang memiliki keyakinan terhadap kontrol yang lebih tinggi cenderung memiliki

	menunjukkan konsep resiliensi yang keteraturan sistem yang lebih baik dalam berada di luar keterbatasan menghadapi manusia. tekanan hidup.	
لِكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ	Agar kamu tidak bersedih atas apa yang luput dari kamu.	Individu dilatih untuk mengelola grief dan tidak terjebak pada
	<i>Ta'saw</i> menunjukkan penyesalan respon emosional berupa berlebihan kesedihan mendalam. terhadap Secara psikologis, ini kehilangan. berkaitan dengan loss experience atau kehilangan. Ayat ini menunjukkan fungsi regulasi emosi.	
وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ	Dan tidak terlalu gembira terhadap apa yang diberikan kepadamu.	Individu diarahkan untuk menjaga keseimbangan
	<i>Kegembiraan berlebih</i> emosi, tidak dalam konteks ini merujuk ekstrem dalam	

pada euforia yang tidak kesedihan stabil. Secara ilmiah, ini maupun berkaitan dengan kegembiraan. Ini emotional regulation dan sesuai dengan stabilitas afektif. konsep emotional stability dalam psikologi modern.

Ayat ini menunjukkan adanya regulasi kognitif dalam Islam, yaitu kemampuan individu untuk memaknai peristiwa secara lebih adaptif sehingga tidak terjebak dalam emosi negatif yang berkepanjangan. Dalam konteks psikologi, hal ini berkaitan dengan kemampuan *cognitive reappraisal* yang menjadi bagian penting dari fleksibilitas kognitif dan stabilitas emosi individu.

Selanjutnya, QS. Fussilat ayat 30 menggambarkan bahwa orang-orang yang beriman dan beristiqamah akan mendapatkan ketenangan psikologis berupa hilangnya rasa takut dan kesedihan. Istiqamah dalam ayat ini menunjukkan konsistensi sikap dan perilaku yang stabil dalam memegang nilai keimanan.

Firman Allah dalam QS. Fussilat: 30

إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا
بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنتُمْ تُوعَدُونَ ﴿٣٠﴾.....

Artinya: “Sesungguhnya orang-orang yang berkata, “Tuhan kami adalah Allah,” kemudian tetap (dalam pendiriannya), akan turun malaikat-malaikat kepada mereka (seraya berkata), “Janganlah kamu takut dan bersedih hati.....”

Tabel 2. 2 Makna Psikologis Per Frasa QS. Fussilat: 30

Lafadz	Terjemahan dan penjelasan	Makna Psikologis
إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ	Sesungguhnya orang-orang yang berkata bahwa Tuhan kami adalah Allah.	Individu memiliki keyakinan dasar (core belief) yang memberikan arah hidup, tujuan, dan stabilitas. Frasa ini menunjukkan psikologis dalam proses pengakuan menghadapi tekanan kognitif dan afektif kehidupan. terhadap keimanan.
<i>Qālū</i>	tidak hanya bermakna ucapan verbal, tetapi juga mencerminkan keyakinan internal yang	

	terinternalisasi dalam sistem nilai individu.		
ثُمَّ اسْتَقَامُوا	Kemudian mereka tetap istiqamah atau konsisten.	Individu memiliki kontrol diri yang kuat dan mampu mempertahankan	
	<i>Istiqāmah</i> menunjukkan konsistensi perilaku yang stabil sesuai dengan keyakinan yang dianut. Secara ilmiah, hal ini berkaitan dengan self-regulation, yaitu kemampuan individu untuk mempertahankan perilaku adaptif secara berkelanjutan dalam berbagai situasi.	perilaku positif secara konsisten meskipun menghadapi tekanan eksternal.	
تَنْزِيلُ الْمَلَائِكَةِ عَلَيْهِمْ	Para malaikat turun kepada mereka.	Individu merasakan dukungan internal dan eksternal yang	
	Secara tekstual, ini menunjukkan bentuk ketahanan psikologis	meningkatkan	

	dukungan ilahiah. (psychological	
	Dalam pendekatan resilience) dalam	
	ilmiah-psikologis, frasa menghadapi tekanan	
	ini dapat dipahami hidup.	
	sebagai simbol	
	dukungan spiritual yang	
	memberikan penguatan	
	psikologis	
	(psychological	
	reinforcement) terhadap	
	individu yang berada	
	dalam kondisi sulit.	
أَلَّا تَخَافُوا	Janganlah kalian takut.	Individu mampu
		mengelola rasa takut
	<i>Khawf</i> merujuk pada dan mengurangi	
	respon emosional kecemasan melalui	
	berupa rasa takut keyakinan dan stabilitas	
	terhadap ancaman. kognitif.	
	Frasa ini menunjukkan	
	proses reduksi	
	kecemasan. Dalam	
	psikologi, ini berkaitan	
	dengan regulasi emosi	

	dan penurunan respons		
	fight or flight yang		
	berlebihan.		
وَلَا تَحْزَنُوا	Dan janganlah kalian	Individu	memiliki
	bersedih.	kemampuan	coping
		yang baik	dalam
	<i>Huzn</i> merujuk pada	mengelola	kesedihan
	emosi sedih akibat	dan	menjaga
	kehilangan atau tekanan	keseimbangan	emosi
	psikologis. Secara	dalam situasi sulit.	
	ilmiah, ini berkaitan		
	dengan proses coping		
	terhadap distress		
	emosional.		

Secara psikologis, hal ini berkaitan dengan kemampuan self-regulation dan psychological hardiness, yaitu kemampuan individu untuk tetap bertahan secara stabil dalam menghadapi tekanan jangka panjang. Dukungan spiritual yang digambarkan melalui turunnya malaikat juga dapat dipahami sebagai simbol penguatan psikologis yang memperkuat rasa aman dan ketenangan batin individu.

Hadis Riwayat Muslim No. 2664 menjelaskan bahwa mukmin yang kuat lebih dicintai Allah dibanding mukmin yang

lemah, serta dianjurkan untuk bersungguh-sungguh dalam hal yang bermanfaat, meminta pertolongan kepada Allah, dan tidak mudah menyerah.

الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ، وَفِي كُلِّ خَيْرٍ. احْرِصْ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ، «...وَاسْتَعِزْ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجِزْ»

Artinya: "Mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai Allah daripada mukmin yang lemah... Bersungguh-sungguhlah terhadap apa yang bermanfaat bagimu, mintalah pertolongan kepada Allah, dan janganlah kamu merasa lemah/putus asa (*laa ta'jaz*)." (HR. Muslim No. 2664)

Tabel 2. 3 Makna Psikologi Per Frasa Hadist Muslim No. 2664

Lafadz	Terjemahan dan penjelasan	Makna Psikologis
الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ	Seorang mukmin yang kuat.	Individu memiliki self-efficacy yang tinggi, yaitu keyakinan <i>Kuat</i> dalam konteks ini terhadap kemampuan tidak hanya fisik, tetapi diri untuk menghadapi mencakup kekuatan tantangan secara iman, mental, dan efektif. karakter. Secara ilmiah,

ini berkaitan dengan psychological strength yang mencakup stabilitas emosi, ketahanan kognitif, dan kontrol diri dalam menghadapi tekanan hidup.

خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ

Lebih baik dan lebih Individu dengan dicintai oleh Allah. kualitas diri yang kuat cenderung memiliki

Frasa ini menunjukkan motivasi intrinsik yang adanya nilai preferensi lebih stabil dan moral terhadap kualitas orientasi tujuan yang individu yang unggul. jelas.

Secara ilmiah, ini dapat dikaitkan dengan konsep value-based behavior, yaitu perilaku yang didorong oleh nilai dan standar etika yang tinggi.

مِنْ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ	Daripada mukmin yang lemah. <i>Kelemahan</i> dalam terhadap stres dan konteks ini merujuk pada kesulitan dalam keterbatasan dalam adaptasi. keteguhan sikap, kontrol diri, atau ketahanan menghadapi tekanan. Dalam psikologi, ini berkaitan dengan rendahnya resiliensi dan self-regulation.	Individu dengan ketahanan psikologis rendah lebih rentan kesulitan dalam adaptasi.
وَفِي كُلِّ خَيْرٍ	Dan pada masing-masing terdapat kebaikan. Frasa ini menunjukkan prinsip inklusivitas nilai. Secara ilmiah, ini berkaitan dengan acceptance perspective, yaitu pengakuan bahwa setiap individu memiliki	Individu memiliki rasa diterima (self-acceptance) yang mendukung kesehatan mental dan mengurangi self-criticism berlebihan.

	potensi dan kontribusi positif.	
أَحْرِصْ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ	Bersemangatlah terhadap apa yang bermanfaat bagimu.	Individu memiliki motivasi berorientasi tujuan (achievement motivation) yang mendorong produktivitas dan pengembangan diri.
	<i>Hirsh</i> menunjukkan dorongan aktif untuk mencapai manfaat. Dalam psikologi, ini berkaitan dengan goal-directed behavior, yaitu perilaku yang terarah pada tujuan yang produktif.	
وَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ	Dan mohonlah pertolongan kepada Allah.	Individu memiliki coping mechanism berbasis spiritual yang meningkatkan ketenangan dan mengurangi tekanan ketergantungan spiritual.
	Secara ilmiah, ini	psikologis.

	berkaitan dengan spiritual coping, yaitu strategi menghadapi stres melalui keyakinan religius.
وَلَا تَعْجَزْ	Dan janganlah engkau Individu didorong lemah atau menyerah. untuk memiliki resilience mindset, 'Ajz menunjukkan yaitu sikap tidak kondisi ketidakmampuan mudah menyerah atau kehilangan motivasi. dalam menghadapi Secara ilmiah, ini kegagalan atau berkaitan dengan learned kesulitan. helplessness ketika individu merasa tidak mampu mengontrol situasi.

Hadis ini menegaskan bahwa resiliensi dalam Islam tidak bersifat pasif, tetapi aktif dan berorientasi pada tindakan produktif. Secara psikologis, hal ini berkaitan dengan konsep self-efficacy, goal-directed behavior, dan spiritual coping, yang mendorong individu untuk tetap berusaha secara optimal dalam menghadapi tantangan hidup tanpa kehilangan harapan.

2. Penyesuaian Sosial dalam Perspektif Islam

Dalam konteks penyesuaian sosial, QS. Al-Hujurat ayat 13 memberikan landasan bahwa manusia diciptakan dalam keberagaman suku dan bangsa untuk saling mengenal.

Firman Allah dalam QS. Al-Hujurat : 13

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاهُ ۚ..... ﴿١٣﴾

Artinya: “Wahai manusia, sesungguhnya Kami telah menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan perempuan. Kemudian, Kami menjadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku agar kamu saling mengenal. Sesungguhnya yang paling mulia di antara kamu di sisi Allah adalah orang yang paling bertakwa.....”

Tabel 2. 4 Makna Psikologi per Frasa QS. Al-Hujurat : 13

Lafadz	Terjemahan dan penjelasan	Makna Psikologis
يَا أَيُّهَا النَّاسُ	Wahai manusia.	Individu diposisikan sebagai bagian dari
	Seruan ini bersifat universal dan mencakup seluruh umat manusia	kelompok sosial yang lebih luas sehingga mendorong kesadaran

	tanpa membedakan identitas sosial yang kelompok sosial, ras, inklusif. maupun status. Secara ilmiah, ini menunjukkan prinsip universalisme dalam relasi sosial manusia.	
إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ	Sesungguhnya Kami menciptakan kalian dari laki-laki dan perempuan.	Individu memiliki kesadaran bahwa semua manusia setara secara fundamental, Frasa ini menjelaskan sehingga mengurangi kesetaraan asal-usul bias sosial dan manusia. Dalam kajian diskriminasi. ilmiah, ini berkaitan dengan konsep biological equality dan common human origin yang menegaskan bahwa perbedaan gender tidak menentukan derajat kemanusiaan.

وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ	Dan Kami menjadikan Individu memahami kalian berbangsa-bangsa keberagaman sebagai dan bersuku-suku. bagian alami dari struktur sosial yang Ini menunjukkan adanya tidak harus keberagaman sosial yang menimbulkan konflik. terstruktur. Dalam psikologi sosial, ini berkaitan dengan social categorization, yaitu proses manusia membentuk kelompok identitas untuk mempermudah interaksi sosial.
لِتَعَارَفُوا	Agar kalian saling Individu terdorong mengenal. untuk membangun keterbukaan sosial dan Tujuan keberagaman kemampuan adaptasi bukan konflik, tetapi dalam lingkungan interaksi dan pengenalan multikultural. antar manusia. Secara ilmiah, ini berkaitan dengan intergroup contact

	theory yang menekankan pentingnya interaksi untuk mengurangi prasangka.		
إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ اتَّقَاكُمْ	Sesungguhnya yang paling mulia di antara kalian di sisi Allah adalah yang paling bertakwa.	Individu memiliki orientasi nilai internal (internal locus of evaluation) yang mendorong perilaku	
	Kemuliaan tidak didasarkan pada status sosial, tetapi pada kualitas moral. Dalam kajian ilmiah, ini berkaitan dengan moral development theory yang menilai individu berdasarkan internal value system, bukan atribut eksternal.	etis dan stabilitas moral.	

Ayat ini menekankan bahwa perbedaan bukanlah sumber konflik, melainkan sarana untuk membangun interaksi sosial yang sehat. Dalam psikologi sosial, hal ini berkaitan dengan *intergroup contact theory* yang menekankan pentingnya interaksi positif untuk mengurangi

prasangka dan meningkatkan penerimaan sosial. Prinsip kemuliaan yang didasarkan pada ketakwaan juga menunjukkan bahwa penilaian individu dalam Islam tidak ditentukan oleh status sosial, tetapi oleh kualitas moral internal.

Lebih lanjut, Hadis yang menjelaskan keutamaan mukmin yang bergaul dengan manusia dan bersabar atas gangguan mereka menegaskan pentingnya keterlibatan sosial dalam pembentukan ketahanan psikologis.

HR. Ahmad No. 23053, At-Tirmidzi No. 2507, disahihkan oleh Al-Albani. Diriwayatkan dari Yahya bin Wath-thab: "Dari seorang Syekh di antara Sahabat Nabi (s.a.w), saya rasa dari Nabi (s.a.w), yang berkata:

....الْمُؤْمِنُ الَّذِي يُخَالِطُ النَّاسَ وَيَصْبِرُ عَلَى أَدَاهُمْ أَكْبَرُ أَجْرًا مِنَ الَّذِي لَا يُخَالِطُ
النَّاسَ وَلَا يَصْبِرُ عَلَى أَدَاهُمْ

Artinya: *"Seorang mukmin yang berbaur dengan manusia dan bersabar atas gangguan mereka, lebih besar pahalanya daripada mukmin yang tidak berbaur dengan manusia dan tidak bersabar atas gangguan mereka."*

**Tabel 2. 5 Makna Psikologi Per Frasa HR. Ahmad No. 23053,
At-Tirmidzi No. 2507, disahihkan oleh Al-Albani.**

Lafadz	Terjemahan dan penjelasan	Makna Psikologis
الْمُؤْمِنُ الَّذِي يُخَالِطُ النَّاسَ	Seorang mukmin yang bergaul dengan manusia. <i>Khalatha</i> menunjukkan interaksi sosial aktif dalam kehidupan bermasyarakat.	Secara ilmiah, ini berkaitan dengan social engagement, yaitu keterlibatan individu dalam hubungan sosial yang membentuk dukungan interpersonal dan jaringan sosial.
وَيَصْبِرُ عَلَى أَذَاهُمْ	Dan bersabar atas gangguan mereka. <i>Sabr</i> menunjukkan kemampuan regulasi emosi dalam menghadapi perilaku negatif orang lain. <i>Adha</i> merujuk pada	Secara ilmiah, ini berkaitan dengan emotional resilience dan stress tolerance dalam interaksi sosial. Individu memiliki kontrol emosi yang stabil dan mampu bertahan dalam situasi interpersonal yang

	gangguan psikologis	menantang	tanpa	reaksi
	maupun sosial.	impulsif.		
أَعْظَمُ أَجْرًا	Lebih	besar	Individu	memiliki
	pahalanya.	motivasi internal	yang	
		kuat	untuk	
	Frasa	ini	mempertahankan	
	menunjukkan adanya	perilaku prososial	karena	
	penghargaan	adanya nilai penghargaan		
	terhadap perilaku	moral.		
	adaptif	dalam		
	konteks	sosial.		
	Secara ilmiah, ini			
	dapat dipahami			
	sebagai			
	reinforcement value,			
	yaitu penguatan			
	terhadap perilaku			
	positif yang			
	mendukung			
	kesejahteraan sosial.			
مَنْ الَّذِي لَا يُخَالِطُ النَّاسَ	Daripada orang yang	Secara ilmiah, ini		
	tidak bergaul dengan	berkaitan dengan social		
		withdrawal yang dapat		

manusia.	mengurangi	peluang
	perkembangan	
Ini	menunjukkan	keterampilan sosial.
perbandingan	antara Individu	yang
keterlibatan	sosial	menghindari interaksi
aktif	dan isolasi	sosial cenderung
sosial.	memiliki	keterbatasan
	dalam	pengembangan
	kemampuan	adaptasi
	sosial.	
وَلَا يَصْبِرُ عَلَىٰ أَذَاهُمْ	Dan tidak bersabar	Dalam psikologi, ini
	atas gangguan	berkaitan dengan low
	mereka.	frustration tolerance yang
		membuat individu mudah
	Frasa ini	bereaksi negatif terhadap
	menunjukkan	stres sosial.
	rendahnya	
	kemampuan regulasi	
	emosi.	

Interaksi sosial yang disertai kesabaran mencerminkan kemampuan *emotional regulation* dan *social adjustment* yang baik. Individu yang mampu tetap terlibat dalam lingkungan sosial meskipun

menghadapi tekanan interpersonal menunjukkan tingkat resiliensi yang lebih tinggi dibanding individu yang menarik diri dari lingkungan sosial.

Secara keseluruhan, perspektif Islam memandang resiliensi dan penyesuaian sosial sebagai satu kesatuan yang saling berkaitan antara dimensi kognitif, emosional, sosial, dan spiritual. Integrasi nilai-nilai keimanan, kesabaran, istiqamah, serta interaksi sosial yang positif memberikan dasar yang kuat bagi pembentukan individu yang adaptif, stabil secara emosional, dan mampu berfungsi secara optimal dalam kehidupan sosial. Dengan demikian, konsep ini tidak hanya relevan secara teologis, tetapi juga selaras dengan teori-teori psikologi modern mengenai ketahanan psikologis dan penyesuaian sosial.

F. Kerangka Berpikir

Penelitian ini berangkat dari asumsi teoritis bahwa posisi anak tengah dalam struktur keluarga membentuk dinamika psikososial tertentu yang berpotensi memengaruhi proses adaptasi pada fase dewasa awal. Berdasarkan perspektif Alfred Adler, urutan kelahiran bukan sekadar posisi ordinal, melainkan pengalaman relasional yang membentuk gaya hidup, kebutuhan afiliasi, serta strategi kompensasi individu. Anak tengah sering berada dalam posisi “di antara” yang menuntut kemampuan negosiasi sosial, fleksibilitas, dan kemandirian, namun juga berpotensi mengalami perasaan terabaikan atau kompetisi perhatian dalam keluarga (Fukuya et al., 2021; Vertel, 2023)

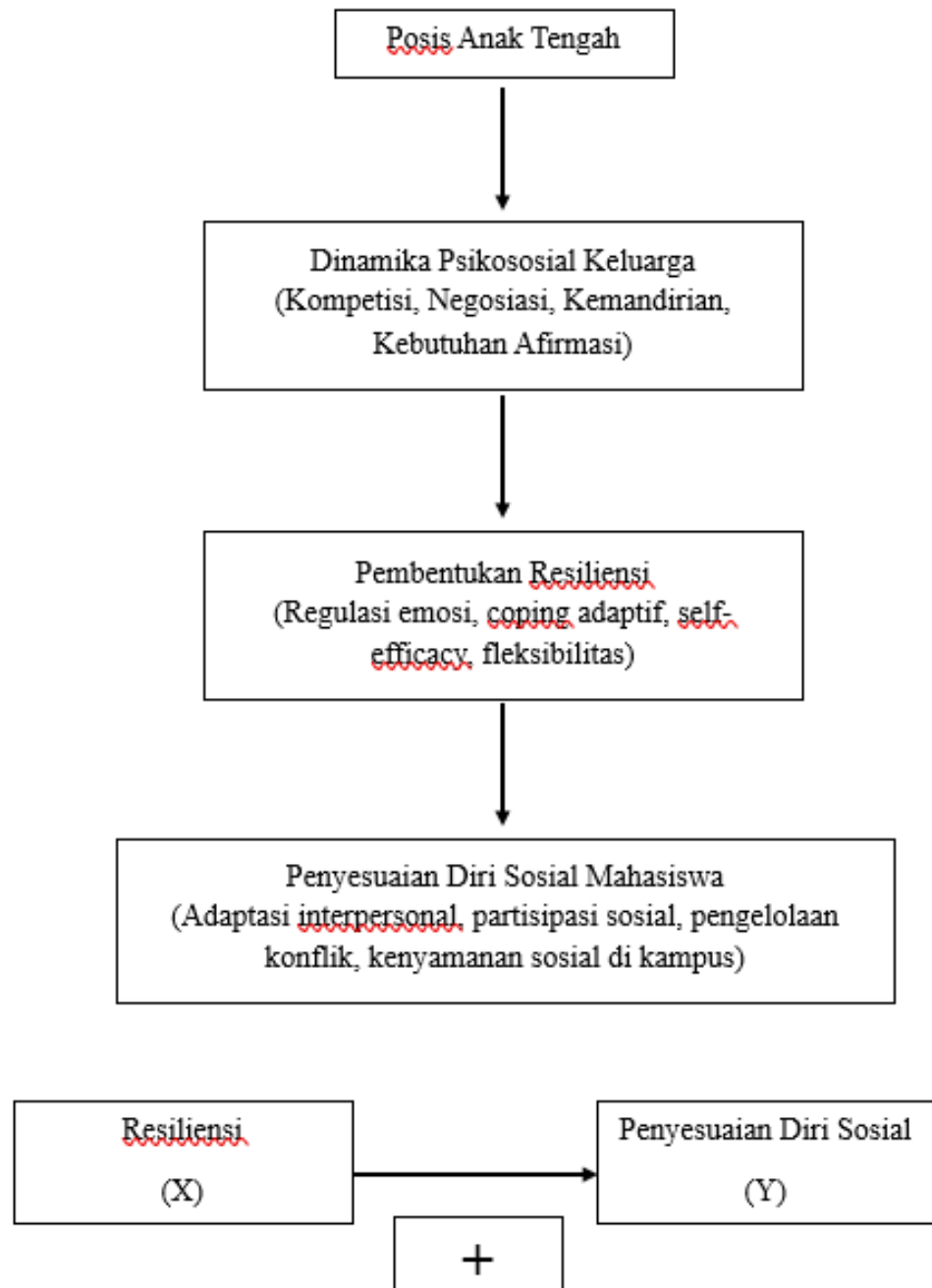
Dalam konteks transisi ke perguruan tinggi, mahasiswa anak tengah menghadapi tuntutan adaptasi akademik, sosial, dan emosional secara simultan. Penyesuaian diri di perguruan tinggi mencakup kemampuan menghadapi stres akademik, membangun relasi interpersonal, serta mempertahankan keseimbangan emosi (Gao et al., 2024; Tresnadi et al., 2024). Pada titik ini, resiliensi diposisikan sebagai faktor protektif internal yang memungkinkan individu bertahan dan berkembang di tengah tekanan. Resiliensi dipahami sebagai proses dinamis yang melibatkan regulasi emosi, coping adaptif, serta pemanfaatan dukungan sosial (Song et al., 2024; Bujorean, 2023).

Secara konseptual, pengalaman anak tengah dalam keluarga dapat menjadi konteks pembentukan kapasitas resiliensi. Dinamika kompetisi dan kebutuhan mencari pengakuan berpotensi mendorong berkembangnya kemandirian, regulasi diri, dan keterampilan sosial (Priyanshu & Pandey, 2025). Namun, apabila tidak terkelola secara adaptif, dinamika tersebut dapat meningkatkan kerentanan terhadap stres sosial dan emosional (Qi et al., 2025). Dengan demikian, resiliensi menjadi variabel kunci yang menjelaskan bagaimana karakteristik psikososial anak tengah diterjemahkan ke dalam kualitas penyesuaian diri di lingkungan kampus.

Model konseptual penelitian ini menempatkan resiliensi sebagai variabel independen dan penyesuaian diri sosial sebagai variabel dependen, dengan subjek penelitian dibatasi pada mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah. Secara teoritis, semakin tinggi tingkat resiliensi mahasiswa

anak tengah, semakin baik pula kemampuan penyesuaian diri sosialnya. Resiliensi memungkinkan mahasiswa mengelola stres akademik, mengurangi kecemasan sosial, serta membangun hubungan interpersonal yang suportif (Li & Zheng, 2025; Gao et al., 2024).

Dengan pendekatan ini, penelitian tidak hanya menguji hubungan langsung antara resiliensi dan penyesuaian diri, tetapi juga memperkaya perspektif psikologi perkembangan dengan menjelaskan keberlanjutan pengaruh pengalaman keluarga terhadap adaptasi pada fase dewasa awal. Secara prospektif, temuan penelitian diharapkan memberikan dasar empiris bagi intervensi berbasis penguatan resiliensi di lingkungan perguruan tinggi, khususnya bagi mahasiswa dengan karakteristik psikososial anak tengah.



(Hubungan positif dan signifikan secara teoritis)

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir

G. Hipotesis Penelitian

- **H1:** Terdapat hubungan positif yang berperan signifikan antara resiliensi dan penyesuaian sosial dalam menjelaskan variansi penyesuaian sosial pada mahasiswa anak tengah.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *explanatory research* atau penelitian penjelasan. Pendekatan ini dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh variabel *independent* terhadap variabel *dependent* secara statistika, bukan hanya menggambarkan hubungan antar variabel. Menurut Creswell, penelitian kuantitatif *explanatory* bertujuan untuk menguji hubungan prediktif antar variabel menggunakan data numemrik dan analisis statistik inferensial (Creswell, 2014). Penelitian ini bersifat non eksperimental, maksudnya adalah peneliti tidak memberikan perlakuan atau manipulasi variabel, tetapi mengamati kondisi alami responden. Hal ini sejalan dengan pendapat dari Creswell (2014) yang menyatakan bahwa penelitian kuantitatif non-eksperimental dapat digunakan untuk menguji hubungan prediktif antar variabel melalui data survei. Dengan desain ini, peneliti dapat mengetahui apakah peningkatan resiliensi berasosiasi dengan peningkatan penyesuaian diri sosial.

Karena tidak melibatkan pengendalian ketat terhadap kondisi subjek atau manipulasi variabel, penelitian ini tidak bersifat eksperimen. (Suryabrata, 2019) menyatakan bahwa tujuan penelitian non-eksperimental adalah untuk melihat fenomena sebagaimana adanya tanpa intervensi langsung dari peneliti. Akibatnya, hubungan yang ditemukan dalam penelitian ini bersifat asosiatif dan tidak dapat dianggap sebagai hubungan sebab-akibat langsung.

Pengambilan data dilakukan secara *cross-sectional*, yaitu pengumpulan data dilakukan dalam satu waktu tertentu. Desain *cross-sectional* memungkinkan peneliti memperoleh gambaran kondisi psikologis responden pada periode tertentu secara efisien (Azwar, 2017). Dalam konteks penelitian ini, desain tersebut relevan karena variabel resiliensi dan penyesuaian diri sosial diukur berdasarkan kondisi aktual mahasiswa pada saat pengisian instrumen.

Oleh karena itu, pendekatan kuantitatif *explanatory* non-eksperimental dengan desain *cross-sectional* dinilai sesuai untuk menjawab rumusan masalah penelitian tentang pengaruh resiliensi dengan penyesuaian diri sosial pada mahasiswa anak tengah.

B. Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini terdiri atas variabel independen (X) dan variabel dependen (Y). Dalam penelitian kuantitatif, variabel merupakan atribut atau karakteristik yang memiliki variasi nilai dan dapat

diukur secara empiris (Sugiono, 2013). Identifikasi variabel dilakukan untuk memperjelas arah hubungan yang akan diuji dalam model penelitian.

1. Variabel Independen (X): Resiliensi

Resiliensi dalam penelitian ini diposisikan sebagai variabel independen, yaitu variabel yang diduga memengaruhi atau menjadi prediktor terhadap variabel lain (Azwar, 2017). Secara konseptual, resiliensi merujuk pada kemampuan individu untuk bertahan, beradaptasi, serta bangkit kembali ketika menghadapi tekanan atau situasi sulit. Dalam konteks mahasiswa, resiliensi mencerminkan kapasitas untuk mengelola stres akademik, tuntutan sosial, serta perubahan peran selama masa transisi ke perguruan tinggi.

2. Variabel Dependen (Y): Penyesuaian Diri Sosial

Penyesuaian diri sosial merupakan variabel dependen, yaitu variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat dari variabel independen (Sugiono, 2013). Penyesuaian diri sosial merujuk pada kemampuan individu untuk berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosialnya, membangun hubungan interpersonal yang harmonis, serta menyesuaikan perilaku sesuai dengan tuntutan norma sosial yang berlaku.

C. Definisi Operasional

Definisi operasional bertujuan untuk memberikan batasan yang jelas mengenai cara pengukuran variabel penelitian sehingga dapat diukur secara empiris dan kuantitatif. Menurut (Azwar, 2017), definisi operasional

merupakan perumusan variabel dalam bentuk indikator-indikator yang dapat diamati dan diukur melalui instrumen penelitian. Dengan adanya definisi operasional, setiap variabel memiliki batasan makna yang tegas serta prosedur pengukuran yang sistematis.

1. *Resiliensi*

Resiliensi dalam penelitian ini didefinisikan sebagai kapasitas protektif multidimensional yang memungkinkan mahasiswa anak tengah mempertahankan fungsi psikologis yang adaptif ketika menghadapi tekanan akademik dan sosial di lingkungan perguruan tinggi. Resiliensi dalam penelitian ini diukur melalui enam aspek yaitu persepsi diri, persepsi masa depan, kompetensi sosial, gaya hidup terstruktur, kohesi keluarga, serta ketersediaan sumber daya sosial.

2. *Penyesuaian Sosial*

Penyesuaian diri sosial dalam penelitian ini didefinisikan sebagai kemampuan mahasiswa untuk beradaptasi secara efektif dengan tuntutan sosial dan akademik di perguruan tinggi, yang mencakup keterlibatan dalam hubungan interpersonal, kenyamanan dalam lingkungan sosial kampus, serta kemampuan mengelola konflik dan tekanan sosial.

D. Populasi dan Subjek Penelitian

1. *Populasi*

Populasi merupakan keseluruhan subjek penelitian yang memiliki karakteristik tertentu sesuai dengan tujuan penelitian. Dalam

penelitian kuantitatif, populasi didefinisikan sebagai wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2022).

Berdasarkan definisi tersebut, populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa aktif di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang memiliki posisi sebagai anak tengah dalam keluarga. Posisi anak tengah dalam penelitian ini dibatasi pada mahasiswa yang memiliki minimal dua saudara kandung dan berada di antara saudara yang lebih tua dan lebih muda. Pembatasan karakteristik ini dilakukan untuk menjaga kesesuaian subjek dengan fokus penelitian, yaitu mengkaji peran *resilience* dalam penyesuaian diri sosial pada mahasiswa anak tengah. Populasi ini bersifat tidak teridentifikasi secara pasti (*unknown population size*), karena tidak terdapat data resmi yang mencatat jumlah mahasiswa berdasarkan urutan kelahiran dalam keluarga.

2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi yang diambil dengan prosedur tertentu dan dianggap mewakili karakteristik populasi (Azwar, 2017). Dalam kondisi populasi tidak diketahui secara pasti, penentuan jumlah sampel dalam penelitian kuantitatif dapat menggunakan pendekatan *minimum sample size based on statistical analysis*. Penentuan jumlah sampel tidak bergantung pada ukuran populasi, tetapi ditentukan oleh parameter statistik seperti *effect size*, tingkat

signifikansi (α), dan *statistical power* (Cohen, 1992; Lakens, 2013). Untuk mendeteksi efek sedang ($r = 0,30$) dengan tingkat signifikan = 0,05 dan power 0,80, diperlukan minimal ± 84 responden.

Secara teoritis, kebutuhan minimum sampel berdasarkan power analysis adalah 84 responden. Dengan mempertimbangkan kemungkinan data tidak valid sebesar 10–20% serta karakteristik pengambilan data sampel yang rentan terhadap bias jaringan, maka jumlah sampel ideal berada pada kisaran 94 – 105 responden, namun peneliti terbuka akan hasil dari pengumpulan data jika lebih dari jumlah sampel ideal.

Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan pendekatan *hybrid snowball sampling*. *Hybrid snowball sampling* merupakan pengembangan dari *snowball sampling* tradisional yang menggabungkan elemen probabilistik pada tahap awal pengambilan sampel (*seed sampling*) dengan mekanisme rantai referensi (*chain referral*) pada tahap berikutnya. Desain ini bertujuan mengurangi bias seleksi pada *snowball sampling* murni melalui pengacakan awal sebagian unit sampel (Cantone & Tomaselli, 2022).

Menurut Etikan, Musa, dan Alkassim (2016), *snowball sampling* efektif digunakan pada populasi tersembunyi atau tidak terdokumentasi dengan baik, sehingga sangat sesuai dengan karakteristik penelitian ini (Etikan et al., 2016). Prosedur pengambilan sampel dilakukan dengan langkah berikut:

- a. Menentukan responden awal yang memenuhi kriteria sebagai anak tengah.

Adapun kriteria subjek penelitian adalah sebagai berikut:

- 1) Berstatus mahasiswa aktif Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang (semester awal hingga akhir).
 - 2) Memiliki minimal dua saudara kandung dan berada pada posisi anak tengah.
 - 3) Bersedia menjadi responden dan mengisi instrumen penelitian secara lengkap.
- b. Responden awal diminta merekomendasikan responden lain yang sesuai kriteria.
 - c. Proses berlanjut hingga jumlah sampel mencapai batas minimum yang ditentukan yaitu 94 -105.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode survei dengan instrumen berupa skala psikologis berbentuk kuesioner. Metode survei dipilih karena sesuai dengan pendekatan kuantitatif yang menekankan pengukuran variabel secara objektif melalui respons tertulis responden terhadap sejumlah pernyataan terstruktur (Sugiyono, 2013). Teknik ini memungkinkan peneliti memperoleh data dalam jumlah relatif besar secara efisien serta memudahkan proses analisis statistik.

Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner kepada mahasiswa psikologi yang memenuhi kriteria sebagai anak tengah. Penyebaran instrumen dapat dilakukan secara daring melalui platform survei digital maupun secara luring dalam bentuk cetak, disesuaikan dengan kondisi dan aksesibilitas responden. Sebelum pengisian kuesioner, responden diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian, kerahasiaan data, serta pernyataan persetujuan berpartisipasi (*informed consent*).

Proses pengumpulan data dilakukan dalam satu periode waktu (*cross-sectional*), sehingga data yang diperoleh merepresentasikan kondisi resiliensi dan penyesuaian diri sosial mahasiswa pada saat pengukuran dilakukan. Setelah seluruh data terkumpul, dilakukan proses pemeriksaan kelengkapan (*data screening*) sebelum dianalisis lebih lanjut.

Dengan teknik ini, data yang diperoleh diharapkan akurat, sistematis, serta memenuhi kebutuhan analisis hubungan antara *resiliensi* dan penyesuaian diri sosial pada mahasiswa anak tengah.

F. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan untuk mengumpulkan data sesuai dengan variabel yang diteliti. Dalam penelitian kuantitatif, instrumen harus disusun secara sistematis berdasarkan konstruk teoretis agar mampu mengukur variabel secara akurat dan konsisten (Azwar, 2017). Pada penelitian ini, instrumen yang digunakan berupa skala psikologis berbentuk *Likert* untuk mengukur *resiliensi* dan penyesuaian diri sosial.

Skala *Likert* digunakan karena mampu mengukur sikap, persepsi, dan kondisi psikologis secara bertingkat serta memberikan variasi respons yang cukup untuk analisis korelasional (Azwar, 2017). Setiap responden diminta memberikan jawaban yang paling sesuai dengan kondisi dirinya.

1. Skala Resiliensi

Pada pengukuran resiliensi, peneliti menggunakan *Resilience Scale for Adults (RSA)* yang dikembangkan oleh Friborg (2003). Skala ini mengukur sumber daya protektif individu yang mendukung kemampuan adaptasi dalam menghadapi tekanan. RSA dipilih karena memiliki dasar teoritis yang kuat dalam memandang resiliensi sebagai konstruk multidimensional yang mencakup faktor personal dan sosial.

Instrumen yang digunakan untuk mengukur resiliensi dalam penelitian ini adalah adaptasi dari *Resilience Scale for Adults (RSA)* yang dikembangkan oleh Oddgeir Friborg dkk. RSA mengukur faktor protektif internal dan eksternal yang mendukung kemampuan individu dalam melakukan penyesuaian psikologis saat menghadapi tekanan hidup. Instrumen ini terdiri dari 33 item yang mencakup enam dimensi, yaitu: (1) Persepsi Diri, (2) Persepsi Masa Depan, (3) Kompetensi Sosial, (4) Gaya Hidup Terstruktur, (5) Kohesi Keluarga, dan (6) Sumber Daya Sosial.

Dalam penelitian ini, sistem respons diadaptasi menggunakan skala Likert 5 poin untuk meningkatkan kejelasan pemahaman responden serta efisiensi pengisian instrumen pada populasi mahasiswa.

Responden diminta untuk memilih satu dari lima alternatif jawaban yang paling sesuai dengan kondisi dirinya.

Kategori respons yang digunakan adalah:

1 = Sangat Tidak Sesuai

2 = Tidak Sesuai

3 = Netral

4 = Sesuai

5 = Sangat Sesuai

Skor diberikan sesuai dengan pilihan responden pada setiap item. Item yang bersifat *favorable* (mencerminkan resiliensi tinggi) diberi skor langsung sesuai nilai respons (1–5). Sementara itu, item yang bersifat *unfavorable* (mencerminkan resiliensi rendah) dilakukan pembalikan skor (*reverse scoring*) agar arah interpretasi tetap konsisten.

Dengan ketentuan:

- a. 1 menjadi 5
- b. 2 menjadi 4
- c. 3 tetap 3
- d. 4 menjadi 2
- e. 5 menjadi 1

Skor total diperoleh dengan menjumlahkan seluruh skor item setelah dilakukan penyesuaian pada item *unfavorable*. Semakin tinggi skor total yang diperoleh, semakin tinggi tingkat resiliensi individu.

Selain skor total, analisis juga dapat dilakukan pada masing-masing dimensi untuk melihat profil resiliensi secara lebih spesifik.

Karena penelitian ini menggunakan bentuk adaptasi skala dari format asli, maka dilakukan uji validitas dan reliabilitas kembali pada populasi penelitian guna memastikan konsistensi dan ketepatan pengukuran dalam konteks budaya dan karakteristik responden yang diteliti.

Berdasarkan penelitian sebelumnya, RSA menunjukkan reliabilitas yang baik dengan koefisien alpha di atas 0,70 sehingga dapat dikatakan reliabel untuk mengukur konstruk resiliensi pada populasi dewasa muda.

Tabel 3. 1 Blueprint Skala Resiliensi

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			F	UF	
1.	Kompetensi	Keyakinan diri, self,	3,6	1, 2, 4,	6
	Pribadi - Persepsi	efficacy, harga diri,		5	
	Diri	optimisme			
2.	Kompetensi	Harapan masa depan,	8, 9	7, 10	4
	Pribadi - Persepsi	tujuan hidup, orientasi			
	Masa Depan	realistis			

3.	Gaya Hidup Terstruktur	Perencanaan, Pengorganisasian, rutinitas	11, 13,	12, 14	4
4.	Kompetensi Sosial	Kemampuan berinteraksi, komunikasi, fleksibilitas sosial	15, 17, 19	16, 18, 20	6
5.	Kohesi Keluarga	Dukungan keluarga, loyalitas, hubungan hangat	21, 22, 24	23, 25, 26	6
6	Sumber Daya Sosial	Dukungan eksternal, teman, bantuan sosial	28, 30, 31, 33	27, 29, 32	7
Jumlah item					33

2. Skala Penyesuaian Sosial

Instrumen yang digunakan untuk mengukur penyesuaian sosial (*social adjustment*) dalam penelitian ini merupakan adaptasi dari *Student Adaptation to College Questionnaire* (SACQ) yang dikembangkan oleh Baker dan Siryk. *Subskala Social Adjustment* dalam SACQ adalah instrumen yang umum digunakan untuk mengukur tingkat penyesuaian mahasiswa terhadap lingkungan perguruan tinggi, terutama dalam hal aspek sosialnya.

Dalam penelitian ini, item yang digunakan tetap bersumber dari SACQ. Namun demikian, dilakukan penyesuaian bahasa dan konteks agar sesuai dengan karakteristik subjek penelitian. Selain itu, aspek pengukuran tidak digunakan secara utuh sesuai struktur asli SACQ, melainkan dilakukan penyesuaian dan pengelompokan ulang aspek (*restructuring of dimensions*) berdasarkan kebutuhan konseptual penelitian dan hasil kajian literatur. Aspek penyesuaian sosial dalam penelitian ini kemudian dikonseptualisasikan menjadi beberapa dimensi, yaitu integrasi sosial, hubungan interpersonal, keterlibatan sosial, kepuasan sosial, isolasi sosial, serta penyesuaian terhadap lingkungan tempat tinggal. Pengelompokan ini dilakukan untuk menyesuaikan konteks kehidupan mahasiswa di perguruan tinggi serta karakteristik subjek penelitian.

Sehingga instrumen dalam penelitian ini merupakan adaptasi dari SACQ yang menggunakan item asli, namun dengan modifikasi pada pengelompokan aspek serta penyesuaian bahasa agar lebih relevan dengan konteks penelitian..

Dalam penelitian ini, sistem respons diadaptasi menggunakan skala Likert 5 poin untuk meningkatkan kejelasan pemahaman responden serta efisiensi pengisian instrumen pada populasi mahasiswa. Responden diminta untuk memilih satu dari lima alternatif jawaban yang paling sesuai dengan kondisi dirinya dalam beberapa waktu terakhir.

Kategori respons yang digunakan adalah:

1 = Sangat Tidak Sesuai

2 = Tidak Sesuai

3 = Netral

4 = Sesuai

5 = Sangat Sesuai

Skor diberikan sesuai dengan pilihan responden pada setiap item. Item yang bersifat *favorable* (mencerminkan resiliensi tinggi) diberi skor langsung sesuai nilai respons (1–5). Sementara itu, item yang bersifat *unfavorable* (mencerminkan resiliensi rendah) dilakukan pembalikan skor (*reverse scoring*) agar arah interpretasi tetap konsisten.

Dengan ketentuan:

- a. 1 menjadi 5
- b. 2 menjadi 4
- c. 3 tetap 3
- d. 4 menjadi 2
- e. 5 menjadi 1

Skor total *Social Adjustment* diperoleh dengan menjumlahkan seluruh skor dari 20 item setelah dilakukan penyesuaian pada item *unfavorable*. Rentang skor teoritis adalah 20–100. Semakin tinggi skor total yang diperoleh, semakin tinggi tingkat penyesuaian sosial mahasiswa di lingkungan perguruan tinggi. Selain skor total, analisis

juga dapat dilakukan pada masing-masing dimensi untuk memperoleh gambaran profil penyesuaian sosial secara lebih spesifik.

Karena penelitian ini menggunakan bentuk adaptasi skala dari format asli (yang pada awalnya menggunakan skala 9 poin), maka dilakukan uji validitas dan reliabilitas kembali pada populasi penelitian guna memastikan konsistensi, stabilitas, serta ketepatan pengukuran dalam konteks budaya dan karakteristik responden yang diteliti.

Tabel 3. 2 Blueprint Skala Penyesuaian Sosial

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			F	UF	
1.	Integrasi	Sejauh mana individu merasa	1, 17,	14, 19	5
	Sosial	menjadi bagian dari lingkungan kampus serta memiliki keterikatan terhadap institusi.	18		
2.	Relasi	Kemampuan individu dalam	2, 4, 8,	11	5
	Interpersonal	membangun dan mempertahankan hubungan sosial dengan orang lain di lingkungan kampus.	15		
3.	Keterlibatan	Tingkat partisipasi individu dalam	3, 20	-	2
	Sosial	aktivitas sosial serta interaksi dengan civitas akademika.			

4.	Kepuasan Sosial	Evaluasi subjektif individu terhadap kualitas kehidupan sosial yang dijalani di lingkungan kampus.	6, 10, 16	-	3
5.	Isolasi Sosial	Pengalaman kesepian, keterasingan, serta kesulitan dalam menjalin hubungan sosial.	-	9,12,13	3
6.	Penyesuaian terhadap Lingkungan Tempat Tinggal	Kemampuan individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan tempat tinggal di kampus, termasuk relasi dengan teman sekamar.	5, 7	-	2
Jumlah					20

G. Validitas dan Reliabilitas

Uji validitas dan reliabilitas dilakukan untuk memastikan bahwa instrumen penelitian mampu mengukur konstruk secara akurat dan konsisten. Dalam penelitian kuantitatif, instrumen yang baik harus memenuhi kriteria valid (mengukur apa yang seharusnya diukur) dan reliabel (memiliki konsistensi hasil pengukuran) (Azwar, 2017).

1. Uji Validitas

Uji validitas dalam penelitian ini dilakukan melalui dua tahap, yaitu validitas isi dan validitas empiris.

a. Validitas Isi (*Content Validity*)

Validitas isi dilakukan melalui proses telaah ahli (*expert judgment*) untuk memastikan bahwa setiap item telah merepresentasikan aspek konstruk sesuai dengan landasan teoritis. Pada skala resiliensi, kesesuaian item ditinjau berdasarkan enam aspek resiliensi dalam model RSA, sedangkan pada skala penyesuaian diri sosial ditinjau berdasarkan dimensi penyesuaian sosial dalam konteks perguruan tinggi.

Menurut Azwar (2017), validitas isi merupakan proses evaluasi yang dilakukan untuk menilai sejauh mana item dalam instrumen mencerminkan konstruk yang diukur berdasarkan penilaian ahli (*expert judgment*) (Azwar, 2017).

Penilaian dilakukan oleh empat orang ahli, yang terdiri dari tiga dosen psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang sebagai validator konstruk dan satu dosen bahasa sebagai validator kebahasaan.

Terdapat 4 *expertise* yang memberikan penilaian untuk alat ukur resiliensi dan penyesuaian sosial. Adapun *expertise* alat ukur resiliensi dan penyesuaian sosial pesantren ini adalah sebagai berikut:

Tabel 3. 3 Expertise Alat Ukur Resiliensi dan Penzesuaian Sosial

No.	Nama Ahli	Bidang Ahli	Instansi
1.	Dr. Fathul Lubabin	Psikologi	Universitas Islam Negeri
	Nuqul, M.Si.	Sosial	Maulana Malik Ibrahim Malang
2.	Muh. Anwar Fu'ady	Psikologi	Universitas Islam Negeri
	S.Psi., MA	Klinis	Maulana Malik Ibrahim Malang
3.	Ibu Rahmatika Sari	Konstruk Alat	Universitas Islam Negeri
	Amalia, M.Psi., Psikolog	Ukur	Maulana Malik Ibrahim Malang
4.	Muchamad Adam	Bahasa	Universitas Islam Negeri
	Basori, MA (TESOL)		Maulana Malik Ibrahim Malang

Proses penilaian dilakukan menggunakan skala penilaian dengan rentang 1 sampai 5, yaitu:

Tabel 3. 4 Kriteria Penilaian Expert Judgemnt

Skor	Keterangan
1	Sangat tidak relevan
2	Tidak relevan
3	Cukup relevan
4	Relevan
5	Sangat relevan

Selanjutnya, hasil penilaian dari para ahli dianalisis menggunakan *Aiken's V* untuk mengetahui tingkat kesesuaian setiap item.

Rumus *Aiken's V* yang digunakan adalah sebagai berikut:

$$V = \frac{\sum S}{n(C - 1)}$$

Keterangan:

V = indeks validitas isi

S = R – Lo

R = skor penilai

Lo = skor terendah (1)

n = jumlah rater

C = skor tertinggi (5)

Hasil perhitungan *Aiken's V* kemudian dikategorikan berdasarkan kriteria berikut:

Tabel 3. 5 Kategorisasi Nilai Aiken's V

Nilai V	Kategori
$0.81 < V \leq 1.00$	Tinggi/Sangat Valid
$0.40 \leq V \leq 0.80$	Sedang/Cukup Valid
$0.00 < V \leq 0.40$	Rendah/Kurang Valid

Item yang memiliki nilai tinggi menunjukkan bahwa item tersebut memiliki kesesuaian yang baik dengan konstruk penyesuaian sosial, sedangkan item dengan kategori sedang dilakukan revisi kecil sebelum digunakan dalam pengambilan data.

Berikut ini adalah hasil uji validitas isi skala resiliensi dan penyesuaian sosial dengan menggunakan Aiken's V :

Tabel 3. 6 Hasil Uji Aiken's V Skala Resiliensi

Aitem	$\sum s$	V	Keterangan
1	15	1	Valid (Tinggi)
2	15	1	Valid (Tinggi)
3	15	1	Valid (Tinggi)
4	15	1	Valid (Tinggi)
5	10	0.58	Sedang/Revisi (Cukup)
6	15	1	Valid (Tinggi)
7	15	1	Valid (Tinggi)
8	15	1	Valid (Tinggi)
9	15	1	Valid (Tinggi)
10	15	1	Valid (Tinggi)
11	12	0.75	Sedang/Revisi (Cukup)

12	12	0.75	Sedang/Revisi (Cukup)
13	15	1	Valid (Tinggi)
14	15	1	Valid (Tinggi)
15	15	1	Valid (Tinggi)
16	13	0.83	Valid (Tinggi)
17	14	0.92	Valid (Tinggi)
18	14	0.92	Valid (Tinggi)
19	13	0.83	Valid (Tinggi)
20	14	0.92	Valid (Tinggi)
21	11	0.67	Sedang/Revisi (Cukup)
22	15	1	Valid (Tinggi)
23	15	1	Valid (Tinggi)
24	15	1	Valid (Tinggi)
25	15	1	Valid (Tinggi)
26	15	1	Valid (Tinggi)
27	14	0.92	Valid (Tinggi)
28	15	1	Valid (Tinggi)
29	13	0.83	Valid (Tinggi)
30	15	1	Valid (Tinggi)
31	15	1	Valid (Tinggi)

32	15	1	Valid (Tinggi)
33	15	1	Valid (Tinggi)

Hasil analisis Aiken's V pada skala resiliensi menunjukkan bahwa sebagian besar aitem memiliki nilai V tinggi dengan rentang 0,83 hingga 1. Hal ini menunjukkan bahwa aitem-aitem tersebut telah dinilai relevan dan sesuai dengan konstruk resiliensi oleh para ahli.

Namun, terdapat beberapa aitem yang memperoleh nilai Aiken's V pada kategori sedang, yaitu aitem nomor 5 ($V = 0,58$), 11 ($V = 0,67$), 12 ($V = 0,75$), dan 21 ($V = 0,67$). Aitem-aitem tersebut dikategorikan sebagai aitem yang perlu revisi karena belum mencapai tingkat kesepakatan yang optimal dari para ahli. Meskipun demikian, secara umum skala resiliensi tetap menunjukkan validitas isi yang baik karena sebagian besar aitem berada pada kategori valid tinggi.

Tabel 3. 7 Hasil Uji Aiken's V Skala Penyesuaian Sosial

Aitem	$\sum S$	V	Keterangan
1	15	1	Valid (Tinggi)
2	13	0.83	Valid (Tinggi)
3	10	0.58	Sedang/Revisi (Cukup)

4	15	1	Valid (Tinggi)
5	10	0.58	Sedang/Revisi (Cukup)
6	14	0.92	Valid (Tinggi)
7	14	0.92	Valid (Tinggi)
8	15	1	Valid (Tinggi)
9	15	1	Valid (Tinggi)
10	15	1	Valid (Tinggi)
11	11	0.67	Sedang/Revisi (Cukup)
12	12	0.75	Sedang/Revisi (Cukup)
13	13	0.83	Valid (Tinggi)
14	15	1	Valid (Tinggi)
15	15	1	Valid (Tinggi)
16	15	1	Valid (Tinggi)
17	15	1	Valid (Tinggi)
18	15	1	Valid (Tinggi)
19	14	0.92	Valid (Tinggi)
20	14	0.92	Valid (Tinggi)

Hasil uji Aiken's V pada skala penyesuaian sosial juga menunjukkan bahwa mayoritas aitem berada pada kategori valid tinggi dengan nilai V antara 0,83 hingga 1. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar aitem telah sesuai dengan konstruk penyesuaian sosial berdasarkan penilaian para ahli.

Terdapat beberapa aitem yang memperoleh nilai pada kategori sedang atau perlu revisi, yaitu aitem nomor 3 ($V = 0,58$), 5 ($V = 0,58$), 11 ($V = 0,67$), dan 12 ($V = 0,75$). Aitem-aitem tersebut belum mencapai tingkat kesepakatan yang optimal, sehingga secara teoritis perlu dilakukan peninjauan ulang dari segi redaksi maupun kesesuaian indikator.

Secara keseluruhan, hasil uji validitas isi menunjukkan bahwa kedua skala penelitian, yaitu skala resiliensi dan skala penyesuaian sosial, memiliki validitas isi yang baik. Mayoritas item telah memenuhi kriteria validitas tinggi berdasarkan *Aiken's V* , sehingga instrumen dapat digunakan untuk tahap analisis data lebih lanjut dengan tetap memperhatikan item yang berada pada kategori sedang atau perlu revisi.

b. Validitas Empiris (*Construct Validity*)

Validitas empiris diuji menggunakan teknik korelasi item-total (*Corrected Item-Total Correlation*) dengan

bantuan perangkat lunak statistik. Item dinyatakan valid apabila memiliki koefisien korelasi $\geq 0,30$. Apabila terdapat item dengan koefisien di bawah 0,30, maka item tersebut akan dipertimbangkan untuk direvisi atau dieliminasi (Azwar, 2017).

Berikut tabel hasil uji validitas dari skala resiliensi dan penyesuaian sosial:

1) Resiliensi

a) Uji Validitas Tahap 1

Tabel 3. 8 Uji Validitas Tahap 1 Skala

Resliniesi

Item Reliability Statistics		
	If item dropped	
	Item-rest correlation	Cronbach's α
KPPD1	0.450	0.902
KPPD2	0.562	0.900
KPPD3	0.633	0.899
KPPD4	0.629	0.899
KPPD5	0.485	0.902
KPPD6	0.337	0.904
KPPMD1	0.620	0.899

KPPMD2	0.648	0.899
KPPMD3	0.589	0.900
KPPMD4	0.584	0.900
GHT1	0.308	0.904
GHT2	0.106	0.907
GHT3	0.477	0.902
GHT4	0.307	0.905
KS1	0.382	0.903
KS2	0.385	0.903
KS3	0.438	0.902
KS4	0.574	0.900
KS5	0.419	0.903
KS6	0.433	0.902
KK1	0.176	0.906
KK2	0.456	0.902
KK3	0.421	0.903
KK4	0.486	0.902
KK5	0.481	0.902
KK6	0.380	0.903
SDS1	0.422	0.903
SDS2	0.461	0.902
SDS3	0.601	0.899

SDS4	0.230	0.906
SDS5	0.508	0.902
SDS6	0.383	0.903
SDS7	0.664	0.900

Berdasarkan pertimbangan terdapat 3 item yang memiliki nilai CITC kurang dari 0,30 yaitu **GHT2, KK1, dan SDS4**. Maka 3 item tersebut **dieliminasi**, sehingga tersisa 30 Item untuk di uji ulang.

b) Uji Validitas Tahap 2

Tabel 3. 9 Uji Validitas Tahap 2 Skala

Resliniesi

Item Reliability Statistics		
		If item dropped
	Item-rest correlation	Cronbach's α
KPPD1	0.434	0.908
KPPD2	0.553	0.906
KPPD3	0.637	0.904
KPPD4	0.610	0.905

KPPD5	0.502	0.907
KPPD6	0.346	0.909
KPPMD1	0.614	0.905
KPPMD2	0.668	0.904
KPPMD3	0.601	0.905
KPPMD4	0.609	0.905
GHT1	0.305	0.909
GHT3	0.471	0.907
GHT4	0.285	0.912
KS1	0.403	0.908
KS2	0.404	0.908
KS3	0.481	0.907
KS4	0.593	0.905
KS5	0.444	0.908
KS6	0.465	0.907
KK2	0.453	0.908
KK3	0.415	0.908
KK4	0.464	0.908
KK5	0.473	0.907
KK6	0.362	0.909
SDS1	0.401	0.909
SDS2	0.445	0.908

SDS3	0.617	0.905
SDS5	0.486	0.907
SDS6	0.367	0.909
SDS7	0.634	0.905

Berdasarkan pertimbangan terdapat 1 item yang memiliki nilai CITC kurang dari 0,30 yaitu **GHT4**. Maka 1 item tersebut **dieliminasi**, sehingga tersisa 29 Item untuk di uji ulang.

c) Uji Validitas Tahap 3

Tabel 3. 10 Uji Validitas Tahap 3 Skala

Resliniesi

Item Reliability Statistics		
		If item dropped
	Item-rest correlation	Cronbach's α
KPPD1	0.431	0.910
KPPD2	0.545	0.908
KPPD3	0.630	0.906
KPPD4	0.594	0.907
KPPD5	0.494	0.909
KPPD6	0.358	0.911
KPPMD1	0.612	0.907

KPPMD2	0.675	0.906
KPPMD3	0.613	0.907
KPPMD4	0.594	0.907
GHT1	0.311	0.911
GHT3	0.444	0.909
KS1	0.402	0.910
KS2	0.399	0.910
KS3	0.474	0.909
KS4	0.596	0.907
KS5	0.441	0.910
KS6	0.477	0.909
KK2	0.467	0.909
KK3	0.433	0.910
KK4	0.446	0.909
KK5	0.474	0.909
KK6	0.362	0.911
SDS1	0.414	0.910
SDS2	0.448	0.909
SDS3	0.627	0.906
SDS5	0.490	0.909
SDS6	0.371	0.911
SDS7	0.643	0.907

Berdasarkan pertimbangan dengan melihat nilai CITC, semua item memiliki nilai CITC diatas 0,30 sehingga semua item dinyatakan valid dan bisa dilakukan uji reliabilitas.

2) Penyeusian Sosial

a) Uji Validitas Tahap 1

Tabel 3. 11 Uji Validitas Tahap 1 Skala Penyesuaian Sosial

Item Reliability Statistics		
		If item dropped
	Item-rest correlation	Cronbach's α
IS1	0.4583	0.845
IS2	-0.0957	0.868
IS3	0.5352	0.842
IS4	0.5356	0.842
IS5	0.3246	0.851
RI1	0.6922	0.835
RI2	0.5817	0.840
RI3	0.6857	0.838
RI4	0.4244	0.846
RI5	0.4458	0.845

KTS1	0.5411	0.841
KTS2	0.3779	0.848
KPS1	0.6224	0.838
KPS2	0.4773	0.844
KPS3	0.6941	0.835
ISOS1	0.4019	0.847
ISOS2	0.4207	0.847
ISOS3	0.2644	0.853
PLTT1	0.3133	0.850
PLTT2	0.4228	0.846

Berdasarkan pertimbangan terdapat 2 item yang memiliki nilai CITC kurang dari 0,30 yaitu **IS2 dan ISOS3**. Maka 2 item tersebut **dieliminasi**, sehingga tersisa 18 Item untuk di uji ulang.

b) Uji Validitas Tahap 2

Tabel 3. 12 Uji Validitas Tahap 2 Skala Penyesuaian Sosial

Item Reliability Statistics		
		If item dropped
	Item-rest correlation	Cronbach's α
IS1	0.461	0.867

IS3	0.560	0.863
IS4	0.565	0.863
IS5	0.318	0.873
RI1	0.702	0.857
RI2	0.594	0.861
RI3	0.713	0.859
RI4	0.396	0.869
RI5	0.444	0.867
KTS1	0.539	0.863
KTS2	0.371	0.871
KPS1	0.645	0.860
KPS2	0.512	0.865
KPS3	0.727	0.856
ISOS1	0.359	0.870
ISOS2	0.353	0.873
PLTT1	0.373	0.870
PLTT2	0.483	0.866

Berdasarkan pertimbangan dengan melihat nilai CITC, semua item memiliki nilai CITC di atas 0,30 sehingga semua item dinyatakan valid.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas instrumen diuji menggunakan koefisien *Cronbach's Alpha* untuk mengetahui tingkat konsistensi internal skala. Uji reliabilitas dilakukan setelah item dinyatakan valid, karena item yang tidak valid dapat menurunkan konsistensi internal skala (Azwar, 2017).

(DeVellis, 2016) juga memberikan klasifikasi interpretasi reliabilitas sebagai berikut:

- a. $< 0,60 \rightarrow$ tidak memadai
- b. $0,60-0,69 \rightarrow$ marginal
- c. $0,70-0,79 \rightarrow$ dapat diterima
- d. $0,80-0,89 \rightarrow$ baik
- e. $\geq 0,90 \rightarrow$ sangat baik

Apabila nilai reliabilitas belum memenuhi kriteria, analisis ulang dilakukan dengan mempertimbangkan penghapusan item yang memiliki korelasi rendah terhadap skor total (Nunnally & Bernstein, 1994). Dengan prosedur ini, diharapkan skala resiliensi dan penyesuaian diri sosial memiliki kualitas psikometrik yang memadai untuk digunakan dalam pengujian hipotesis penelitian.

Berikut hasil Uji reliabilitas skala resiliensi dan penyesuaian sosial:

a. Skala resiliensi

Tabel 3. 13 Reliabilitas Skala Resiliensi

Scale Reliability Statistics	
Cronbach's α	
scale	0.912

Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa instrumen resiliensi memiliki konsistensi internal yang sangat baik. Pada pengujian akhir dengan 29 item, diperoleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,912 yang menunjukkan reliabilitas tinggi dan stabil.

b. Skala Penyesuaian Sosial

Tabel 3. 14 Reliabilitas Skala Penyesuaian Sosial

Scale Reliability Statistics	
Cronbach's α	
scale	0.872

Hasil analisis menunjukkan bahwa instrumen penyesuaian sosial juga memiliki reliabilitas yang baik. Pada

pengujian akhir dengan 18 item, diperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,872 yang termasuk kategori reliabel.

H. Analisis Data

1. Uji Deskriptif

Analisis deskriptif adalah teknik statistik yang digunakan untuk menggambarkan atau mendeskripsikan karakteristik data tanpa melakukan generalisasi atau pengujian hipotesis (Sugiyono, 2022). Statistik deskriptif menyajikan data dalam bentuk nilai rata-rata, standar deviasi, skor minimum, skor maksimum, dan distribusi kategori.

Pengkategorian dilakukan dengan menggunakan norma distribusi berdasarkan nilai mean dan standar deviasi, dengan rumus sebagai berikut:

- a. Tinggi : $X \geq (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$
- b. Sedang : $(\text{Mean} - 1 \text{ SD}) \leq X < (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$
- c. Rendah : $X < (\text{Mean} - 1 \text{ SD})$

Tujuan analisis deskriptif adalah memberikan gambaran empiris mengenai tingkat resiliensi dan penyesuaian diri sosial pada responden. Analisis ini membantu peneliti memahami kecenderungan data sebelum melakukan analisis inferensial.

Selain itu, Analisis deskriptif ini bertujuan untuk mengetahui kecenderungan tingkat resiliensi dan penyesuaian diri sosial pada mahasiswa anak tengah, sehingga dapat memberikan gambaran awal sebelum dilakukan pengujian hubungan antarvariabel.

2. Uji Asumsi Klasik

Uji asumsi klasik dilakukan untuk memastikan bahwa data memenuhi prasyarat penggunaan analisis parametrik, seperti korelasi Pearson dan regresi linier sederhana. Analisis parametrik mensyaratkan data berdistribusi normal dan memiliki hubungan linear antarvariabel agar estimasi parameter tidak bias serta interpretasi hasil valid secara statistik.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan prosedur statistik untuk menilai apakah distribusi skor suatu variabel mengikuti distribusi normal. Distribusi normal ditandai dengan pola kurva berbentuk lonceng (*bell-shaped curve*), di mana sebagian besar data terkonsentrasi di sekitar rata-rata dan penyebaran data simetris (Ghozali, 2021; Sugiyono, 2022).

Tujuan utama uji normalitas adalah memastikan bahwa data memenuhi asumsi dasar analisis parametrik. Dalam korelasi Pearson dan regresi linier, distribusi normal diperlukan agar estimasi koefisien korelasi dan parameter regresi akurat serta pengujian signifikansi (nilai p) dapat diinterpretasikan secara tepat (Ghozali, 2021).

Apabila data tidak berdistribusi normal, maka perlu mempertimbangkan transformasi data atau menggunakan analisis nonparametrik seperti korelasi Spearman.

Kriteria pengambilan keputusan adalah sebagai berikut:

- 1) Jika nilai signifikansi ($p > 0,05$), maka data berdistribusi normal.
- 2) Jika nilai signifikansi ($p \leq 0,05$), maka data tidak berdistribusi normal.

Distribusi data yang normal menjadi prasyarat penting dalam penggunaan analisis korelasi atau regresi linier sederhana.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel independen dan dependen membentuk pola garis lurus (linear). Dalam regresi linier sederhana, asumsi linearitas berarti perubahan pada variabel X diikuti oleh perubahan proporsional pada variabel Y (Ghozali, 2021).

Tujuan uji linearitas adalah memastikan bahwa model hubungan yang digunakan sesuai dengan bentuk hubungan empiris data. Jika hubungan tidak linear, maka penggunaan regresi linier sederhana menjadi kurang tepat karena dapat menghasilkan estimasi yang bias dan interpretasi yang menyesatkan (Sugiyono, 2022).

Kriteria pengambilan keputusan:

- 1) Jika nilai signifikansi pada *Linearity* ($p < 0,05$), maka hubungan kedua variabel bersifat linear.
- 2) Jika nilai signifikansi pada *Deviation from Linearity* ($p > 0,05$), maka tidak terdapat penyimpangan dari linearitas.

Hubungan yang linear menunjukkan bahwa peningkatan resiliensi diikuti oleh perubahan penyesuaian diri sosial secara konsisten dalam satu arah tertentu.

Dalam konteks penelitian ini, uji linearitas memastikan bahwa peningkatan resiliensi berkaitan secara konsisten dengan perubahan tingkat penyesuaian diri sosial.

3. Uji Regresi Linier Sederhana

Dalam penelitian ini, pengujian hipotesis dilakukan dengan regresi linier sederhana untuk menentukan seberapa besar peran ketahanan dalam memprediksi penyesuaian sosial pada siswa usia sekolah menengah. Regresi linier sederhana dipilih karena analisis ini memungkinkan peneliti untuk mengukur besarnya pengaruh satu variabel independen (ketahanan) terhadap satu variabel dependen (penyesuaian sosial) dan untuk melihat arah asosiasinya (Field, 2018).

Analisis regresi Koefisien regresi (b) adalah besarnya perubahan pada variabel dependen untuk setiap perubahan satu unit pada variabel independen. Koefisien ini juga menunjukkan arah hubungan; apakah hubungan tersebut positif (keduanya meningkat bersama) atau negatif

(satu meningkat, yang lain menurun). Nilai koefisien regresi merupakan salah satu indikator utama dalam menentukan kontribusi ketahanan terhadap penyesuaian sosial siswa (Ghozali, 2021).

Selain itu, nilai R^2 (koefisien determinasi) digunakan sebagai ukuran seberapa baik variabel independen menjelaskan variabilitas dalam variabel dependen. Semakin tinggi nilai R^2 , semakin besar kontribusi ketahanan terhadap prediksi penyesuaian sosial. Di sisi lain, nilai R^2 yang lebih rendah menunjukkan bahwa sebagian besar varians dalam penyesuaian sosial dijelaskan oleh faktor-faktor selain ketahanan (Cohen dkk., 2018).

Dalam penelitian ini, regresi linier sederhana digunakan untuk mengeksplorasi pengaruh antar variabel. Selain itu, penelitian ini juga memberikan dukungan empiris terhadap peran ketahanan dalam penyesuaian sosial siswa, yang konsisten dengan fokus penelitian yang menekankan peran prediktif dari ketahanan psikologis.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini merupakan mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah dalam keluarga. Penentuan subjek dilakukan berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan peneliti, yaitu mahasiswa aktif yang menempati urutan kelahiran sebagai anak tengah dalam keluarganya dan bersedia menjadi responden penelitian. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner yang disebarakan secara daring melalui Google Form. Dari hasil pengumpulan data, diperoleh sebanyak 153 responden yang memenuhi kriteria penelitian. Seluruh data yang terkumpul dapat digunakan dalam proses analisis karena tidak ditemukan data yang tidak lengkap. Sehingga Jumlah responden yang dianalisis dalam penelitian ini sebanyak 153 mahasiswa

Gambaran subjek penelitian disajikan berdasarkan karakteristik demografis responden yang meliputi jenis kelamin, usia, semester, fakultas, jumlah saudara kandung, urutan lahir dalam keluarga, dan tempat tinggal saat ini. Penyajian karakteristik responden bertujuan untuk memberi gambaran umum terkait subjek penelitian yang terlibat dalam penelitian ini.

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4. 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Laki-laki	62	40,5
Perempuan	91	59,5
Total	153	100

Berdasarkan hasil pengumpulan data, responden penelitian terdiri atas mahasiswa laki-laki dan perempuan. Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan dengan persentase sebesar 59,5%, sedangkan responden laki-laki sebesar 40,5%.

2. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Tabel 4. 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi (f)	Persentase (%)
18 Tahun	7	4,6
19 Tahun	22	14,4
20 Tahun	19	12,4
21 Tahun	42	27,5
22 Tahun	48	31,4
23 Tahun	12	7,8
24 Tahun	3	2
Total	153	100

Berdasarkan data yang diperoleh, usia responden berada pada rentang 18 hingga 24 tahun. Sebagian besar responden berusia 22 tahun dengan jumlah 48 orang (31,4%), diikuti dengan usia 21 tahun sebanyak 42 orang (27,5%). Responden berusia 19 tahun sebanyak 22 orang (12,4%), usia 20 tahun sebanyak 19 orang (12,4%), usia 23 tahun sebanyak 12 orang (7,8%), usia 18 tahun sebanyak 7 orang (4,6%), dan usia 24 tahun sebanyak 3 orang (2%).

Data tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada rentang usia dewasa awal yang umumnya sedang menjalani pendidikan di perguruan tinggi.

3. Karakteristik Responden Berdasarkan Semester

Tabel 4. 3 Karakteristik Responden Berdasarkan Semester

Semester		
Semester	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Semester 2	30	19,6
Semester 4	18	11,8
Semester 6	37	24,2
Semester 8	68	44,4
Total	153	100

Berdasarkan semester yang sedang ditempuh, sebagian besar responden berada pada semester 8 dengan persentase sebesar 44,4%. Selanjutnya responden semester 6 sebesar 24,2%, semester 2 sebesar

19,6%, dan semester 4 sebesar 11,8%. Distribusi tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden merupakan mahasiswa tingkat akhir yang telah memiliki pengalaman lebih lama dalam beradaptasi dengan lingkungan sosial kampus.

4. Karakteristik Responden Berdasarkan Fakultas

Tabel 4. 4 Karakteristik Responden berdasarkan Fakultas

Fakultas	Frekuensi	Persentase (%)
Ekonomi	17	11,1
FITK	10	6,5
Humaniora	10	6,5
Kedokteran & Ilmu Kesehatan	8	5,2
Psikologi	64	41,8
Sains & Teknologi	10	6,5
Syariah	15	9,8
Teknik	19	12,4
Total	153	100

Responden penelitian berasal dari berbagai fakultas yang ada di universitas. Fakultas Psikologi menjadi fakultas dengan jumlah responden terbanyak, yaitu sebanyak 64 orang atau 41,8%. Selanjutnya diikuti oleh Fakultas Teknik dengan 19 responden (12,4%), Fakultas Ekonomi dengan 17 responden (11,1%), Fakultas Syariah dengan 15

responden (9,8%), Fakultas FITK dan Fakultas Humaniora masing-masing 10 responden (6,5%), serta Fakultas Kedokteran & Ilmu Kesehatan sebanyak 8 responden (5,2%).

Keberagaman fakultas responden menunjukkan bahwa penelitian ini melibatkan mahasiswa dari berbagai latar belakang keilmuan. Hal ini memungkinkan data yang diperoleh lebih representatif dan mencerminkan kondisi mahasiswa anak tengah dari berbagai disiplin ilmu di lingkungan universitas. Dengan distribusi responden yang bervariasi, analisis peranan resiliensi dalam membentuk penyesuaian sosial dapat dilakukan secara lebih menyeluruh dan komprehensif.

5. Karakteristik Responden Berdasarkan Jumlah Saudara Kandung

Tabel 4. 5 Karakteristik Responden berdasarkan Jumlah Anak Dalam Keluarga

Jumlah Saudara Kandung	Frekuensi (f)	Persentase (%)
3 orang	101	66,0
4 orang	32	20,9
5 orang	14	9,2
6 orang	2	1,3
7 orang	3	2,0
8 orang	1	0,7
Total	153	100,0

Berdasarkan jumlah saudara kandung dalam keluarga, mayoritas responden berasal dari keluarga yang memiliki tiga orang anak, yaitu sebanyak 101 responden (66,0%). 32 responden (20,9%) berasal dari keluarga dengan empat orang anak. Responden berjumlah 14 orang (9,2%) dari keluarga dengan lima orang anak, 2 responden (1,3%) dari enam orang anak, tujuh orang anak sebanyak 3 responden (2,0%), dan delapan orang anak sebanyak 1 responden (0,7%).

6. Karakteristik Responden Berdasarkan Urutan Lahir dalam Keluarga

Tabel 4. 6 Karakteristik Responden Berdasarkan Urutan

Kelahiran		
Urutan Kelahiran	Frekuensi (f)	Persentase (%)
2	120	78,4
3	25	16,3
4	4	2,6
5	2	1,3
6	1	0,7
7	1	0,7
Total	153	100,0

Berdasarkan urutan lahir, sebagian besar responden berada pada urutan kelahiran kedua, yaitu sebanyak 120 responden (78,4%). Selanjutnya, 25 responden (16,3%) berada pada urutan ketiga, 4

responden (2,6%) pada urutan keempat, 2 responden (1,3%) pada urutan kelima, serta urutan keenam dan ketujuh masing-masing sebanyak 1 responden (0,7%).

Data tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden merupakan anak kedua dalam keluarga yang terdiri atas tiga orang anak atau lebih, sehingga sesuai dengan karakteristik anak tengah yang menjadi fokus penelitian.

7. Karakteristik Responden Berdasarkan Tempat Tinggal Saat Ini

Tabel 4. 7 Karakteristik Responden Berdasarkan tempat tinggal

Tempat Tinggal	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Asrama	31	20,3
Kos/Kontrakan	77	50,3
Rumah	45	29,4
Total	153	100,0

Berdasarkan tempat tinggal saat ini, sebagian besar responden tinggal di kos atau kontrakan yang berjumlah 31 orang dengan persentase sebesar 50,3%. Selanjutnya responden yang tinggal di rumah berjumlah 45 orang sebesar 29,4% dan asrama sebesar 20,3%. Sebagian kecil responden tinggal di pondok dan masjid.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden tinggal jauh dari keluarga selama menjalani pendidikan di perguruan tinggi.

Kondisi tersebut memungkinkan mahasiswa menghadapi berbagai tuntutan adaptasi sosial secara mandiri dalam lingkungan kampus maupun lingkungan tempat tinggalnya.

B. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan untuk mengetahui peranan resiliensi dalam membentuk penyesuaian sosial pada mahasiswa yang menempati posisi sebagai anak tangeh. Dalam Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner secara daring menggunakan *Google Form*. Kuesioner terdiri dari 53 butir pertanyaan yang mengukur variabel penelitian, yaitu variabel independen (resiliensi) dan variabel dependen (penyesuaian sosial).

Pelaksanaan penelitian dilakukan di bulan Mei hingga awal Juni 2026. Responden berasal dari berbagai fakultas di universitas dengan jumlah total sebanyak 153 mahasiswa. Pemilihan jumlah responden ini dilakukan dengan pertimbangan agar data dapat mewakili karakteristik mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah serta memenuhi kaidah minimal jumlah sampel untuk analisis kuantitatif. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *snowball sampling*, yaitu memilih subjek yang sesuai dengan kriteria penelitian.

Kuesioner disebarikan secara daring dengan meminta bantuan beberapa orang untuk menyebarkannya melalui berbagai media sosial, antara lain grup *WhatsApp*, *story WhatsApp*, dan *story Instagram*. Peneliti secara rutin mengunggah kuesioner hampir setiap hari dalam rentang waktu mulai bulan Mei hingga awal Juli 2026. Setiap responden diberikan

penjelasan mengenai tujuan penelitian, jaminan kerahasiaan data, serta hak untuk tidak berpartisipasi bila tidak bersedia. Administrasi pengambilan data dikelola oleh peneliti utama yang bertanggung jawab atas penyebaran, *monitoring* responden, dan memastikan data yang diterima lengkap serta valid.

Dalam proses pengumpulan data, peneliti memiliki beberapa hambatan, utamanya adalah keterbatasan informasi mengenai identitas mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah. Berbeda dengan karakteristik demografis lain yang lebih mudah diidentifikasi, posisi kelahiran dalam keluarga tidak dapat diketahui secara langsung sehingga peneliti harus melakukan penyaringan responden terlebih dahulu. Kondisi ini menyebabkan proses pencarian responden menjadi lebih menantang karena peneliti perlu menjangkau calon responden dari berbagai fakultas dan lingkungan pertemanan yang berbeda.

Untuk mengatasi hambatan tersebut peneliti perlu meminta bantuan teman, kenalan serta berbagai pihak yang memiliki jaringan mahasiswa yang luas untuk membantu menyebarkan kuesioner penelitian. Penyebaran dilakukan melalui grup dan story Whatsapp, serta story instagram secara berulang selama periode pengambilan data. Selain itu peneliti juga secara aktif menghubungi pihak-pihak yang dianggap memiliki jaringan mahasiswa yang luas seperti ketua angkatan dan lain-lain untuk, meminta bantuan mereka untuk meneruskan informasi kepada mahasiswa lain yang

berposisi sebagai anak tengah. Melalui upaya tersebut peneliti berhasil memperoleh jumlah responden yang sesuai dengan kebutuhan penelitian.

Data yang terkumpul selanjutnya dianalisis secara kuantitatif menggunakan *software Jamovi*. Analisis mencakup uji validitas dan reliabilitas instrumen, analisis deskriptif untuk memperoleh gambaran umum mengenai resiliensi dan penyesuaian sosial, serta analisis inferensial menggunakan uji regresi linier sederhana untuk mengetahui pengaruh resiliensi terhadap penyesuaian sosial pada mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah.

C. Hasil Penelitian

1. Uji Asumsi

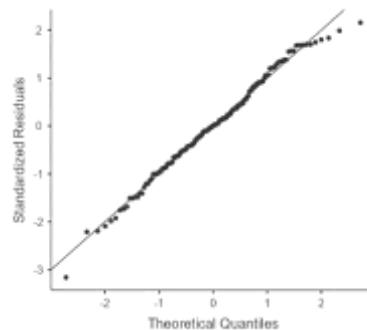
a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk memastikan bahwa data penelitian memenuhi asumsi distribusi normal. Pengujian ini penting karena penelitian menggunakan analisis statistik parametrik, yaitu korelasi person dan regresi linear sederhana. Dalam penelitian ini uji normalitas dilakukan menggunakan aplikasi *Jamovi* dengan metode *Kolmogorov-Smirnov*. Penggunaan metode ini dipilih karena jumlah sampel penelitian lebih dari 50 responden, yang sesuai dengan rekomendasi penggunaan metode ini untuk sampel besar. Data dinyatakan terdistribusi normal apabila nilai signifikansi (p) lebih besar dari 0,05 ($\text{sig.} > 0,05$)

Tabel 4. 8 Uji Normalitas

	<i>Statistic</i>	<i>p</i>
Kolmogorov-Smirnov	0.0347	.993

Berdasarkan hasil uji normalitas, diperoleh nilai signifikansi (*p*) *Kolmogorof-Smirnov* sebesar 0,993. Nilai signifikan yang lebih besar dari 0,05 menunjukkan bahwa data residual terdistribusi normal. Hasil ini juga diperkuat dengan Q-Q Plot, yang menunjukkan titik-titik residual menyebar mengikuti mengikuti garis diagonal, menandakan distribusi data mendekati

**Gambar 4. 1 Q-Q Plot**

normal.

Jadi dapat disimpulkan bahwa asumsi normalitas terpenuhi, dan analisis parametrik dapat digunakan untuk menguji hubungan serta pengaruh resiliensi terhadap penyesuaian sosial pada mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah. Kesesuaian distribusi data ini memastikan bahwa model analisis

regresi linier sederhana dapat diterapkan dengan valid dan interpretasi hasilnya dapat diandalkan.

b. Uji linearitas

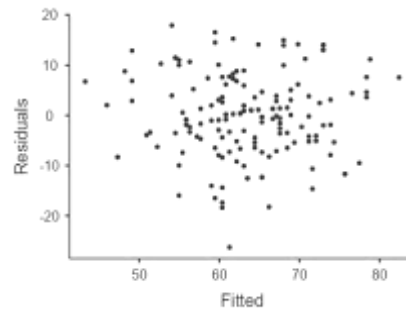
Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah hubungan antar variabel resiliensi dan penyesuaian sosial membentuk pola yang linear. Pengujian ini merupakan salah satu uji asumsi yang harus dipenuhi sebelum melakukan analisis regresi linear sederhana. Jika hubungan antar kedua variabel bersifat linear, maka analisis regresi dapat digunakan untuk menguji peranan resiliensi terhadap penyesuaian sosial pada mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah. Dalam penelitian ini uji linearitas menggunakan aplikasi SPSS untuk melihat tabel uji linearitas dan *Jamovi* untuk melihat grafik residualnya. Pengambilan keputusan didasarkan pada nilai signifikansi $> 0,05$. Jika nilai p lebih dari 0,05 maka hubungan antar variabel dapat dikatakan linear.

Tabel 4. 9 Uji Linearitas

Variabel		F	Sig
Penyesuaian Sosial *	<i>Deviation from</i>	1,829	0,05
Resiliensi	<i>Linearity</i>		

Berdasarkan hasil uji pada tabel, diperoleh nilai *Deviation from Linearity* sebesar $F = 1,829$ dengan signifikansi 0,05. Nilai signifikansi yang sama dengan 0,05 menunjukkan bahwa tidak

terdapat penyimpangan dari linearitas, sehingga hubungan antara kedua variabel dapat dinyatakan linear.



Gambar 4. 2 Grafik Residual vs Fitted

Selain itu, grafik *residual* versus *fitted* terlihat bahwa titik-titik *residual* menyebar secara acak di sekitar garis horizontal dan tidak membentuk pola tertentu, seperti pola melengkung atau pola mengerucut. Kondisi ini menunjukkan bahwa hubungan antar variabel resiliensi dan penyesuaian sosial cenderung linear. Oleh karena itu analisis regresi sederhana dapat dilanjutkan.

2. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif dilakukan untuk memperoleh informasi mengenai nilai rata-rata (*mean*), minimum, maksimum, dan standar deviasi pada variabel resiliensi dan penyesuaian sosial. Nilai-nilai tersebut memberikan gambaran umum mengenai karakteristik data pada masing-masing variabel. Sehingga dari hasil tersebut dapat diperoleh gambaran mengenai kecenderungan tingkat resiliensi dan penyesuaian sosial yang dimiliki oleh mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah.

Hasil analisis deskriptif selanjutnya disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 4. 10 Analisis Deskriptif

Variabel	N	Mean	SD	Min.	Max.
Resiliensi	153	103	16,5	58	145
Penyesuaian Sosial	153	63,4	11,2	35	90

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, diperoleh nilai rata-rata resiliensi sebesar 103 dan standar deviasi 16,5, dengan skor terendah 58 dan skor tertinggi 145. Hasil ini menunjukkan bahwa secara umum, tingkat resiliensi mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah berada pada kategori sedang hingga tinggi, dengan variasi skor yang relatif sedang.

Sementara itu, nilai rata-rata penyesuaian sosial sebesar 63,4 dan standar deviasi 11,2, dengan skor minimum 36 dan maksimum 90. Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki kemampuan penyesuaian sosial pada tingkat sedang hingga tinggi, serta perbedaan skor antar individu tidak terlalu ekstrem.

a. Kategorisasi Data

1) Kategorisasi Resiliensi

Tabel 4. 11 Kategorisasi Data Resiliensi

Kategorisasi	Norma	Jumlah Subjek	Presentase
Tinggi	119 – 145	27	18
Sedang	86 – 118	100	65
Rendah	58 – 87	26	17

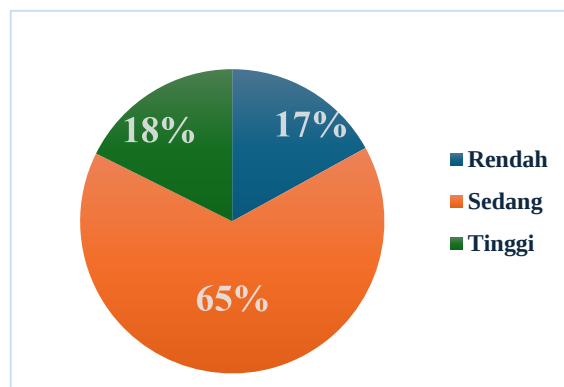


Diagram 4. 1 Kategorisasi Resiliensi

Berdasarkan hasil kategorisasi skor resiliensi terhadap 153 responden, diketahui bahwa sebanyak 27 mahasiswa dengan persentase 18% berada pada kategori tinggi, 100 mahasiswa dengan persentase 67% berada pada kategori sedang, dan 26 mahasiswa dengan persentase 17% berada pada kategori rendah.

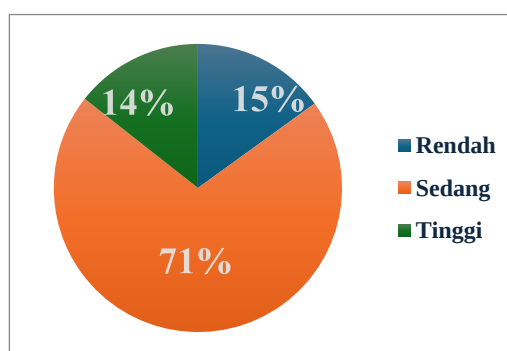
Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah memiliki tingkat resiliensi pada kategori sedang. Temuan ini mengindikasikan bahwa mayoritas responden memiliki kemampuan yang cukup baik dalam menghadapi berbagai tantangan, tekanan, dan kesulitan yang muncul dalam kehidupan sehari-hari. Meskipun demikian, kemampuan tersebut belum mencapai tingkat yang sangat tinggi.

Responden yang berada pada kategori resiliensi tinggi sebanyak 18%, menunjukkan bahwa beberapa mahasiswa memiliki kemampuan resiliensi yang sangat baik dalam beradaptasi terhadap situasi yang menekan, mampu bangkit dari kesulitan, serta tetap dapat mempertahankan fungsi psikologis yang positif ketika menghadapi permasalahan. Di sisi lain sebanyak 17% responden yang berada pada kategori rendah, yang menunjukkan bahwa sebagian kecil mahasiswa masih memiliki keterbatasan dalam menghadapi tekanan dan kesulitan yang terjadi pada kehidupannya.

2) Kategorisasi Penyesuaian Sosial

Tabel 4. 12 Kategorisasi Data Penyesuaian Sosial

Kategorisasi	Norma	Jumlah Subjek	Presentase
Tinggi	75 – 90	22	14
Sedang	52 – 74	108	71
Rendah	32 – 52	23	15

**Diagram 4. 2 Kategorisasi Penyesuaian Sosial**

Berdasarkan hasil kategorisasi skor penyesuaian sosial terhadap 153 responden, diketahui bahwa sebanyak 22 mahasiswa dengan persentase 14% berada kategori tinggi, 108 mahasiswa dengan persentase 71% berada pada kategori sedang, dan sebanyak 23 mahasiswa dengan persentase 15% berada kategori rendah.

Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas anak tengah memiliki tingkat penyesuaian sosial berada pada kategori sedang. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar responden telah mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya secara baik, dalam hal menjalin hubungan dengan teman sebaya, berinteraksi dengan lingkungan akademik, maupun beradaptasi dengan kehidupan kampus secara umum.

14% responden berada pada kategori tinggi menunjukkan bahwa sebagian dari mereka memiliki kemampuan penyesuaian sosial yang baik. Mahasiswa yang berada dalam kategori ini cenderung lebih mudah membangun hubungan *interpersonal*, berpartisipasi dalam aktivitas sosial, serta menyesuaikan diri dengan baik dengan tuntutan lingkungan yang dihadapi. Sementara itu sebanyak 15% responden berada pada kategori rendah yang menunjukkan bahwa masih terdapat sebagian mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam proses penyesuaian sosial dilingkungan perguruan tinggi.

Secara keseluruhan, hasil kategorisasi menunjukkan bahwa variabel resiliensi maupun penyesuaian sosial pada mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah didominasi oleh kategori sedang. Dari

temuan ini dapat kita simpulkan bahwa sebagian besar responden memiliki kemampuan yang cukup baik dalam menghadapi tantangan kehidupan serta menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya.

3. Faktor Pembentuk Variabel

Berdasarkan variabel yang digunakan dalam penelitian ini memiliki beberapa aspek pembentuk yaitu:

a. Resiliensi

Resiliensi dalam penelitian ini dibentuk oleh beberapa faktor yaitu faktor *Intrapersonal* seperti kompetensi pribadi, regulasi emosi, dan optimisme serta faktor eksternal seperti dukungan sosial, kohesi keluarga, dan kualitas lingkungan kampus.

Tabel 4. 13 Analisis Per Aspek Variabel Resiliensi

Aspek	Skor Total	Skor Total Variabel	Persentase
Kompetensi Pribadi - Persepsi Diri	3089	15704	19,67

Kompetensi	2243	14,28
Pribadi - Persepsi		
Masa Depan		
Gaya Hidup	1133	7,21
Terstruktur		
Kompetensi Sosial	3097	19,72
Kohesi Keluarga	2725	17,35
Sumber Daya	3417	21,76
Sosial		
	Jumlah	100%

Berdasarkan tabel hasil analisis per aspek, sumber daya sosial merupakan aspek yang memberikan kontribusi tertinggi terhadap tingkat resiliensi mahasiswa, dengan persentase sebesar 21,76%. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan akses terhadap sumber daya sosial sangat berperan dalam membentuk ketahanan mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah.

Aspek lain yang juga berkontribusi signifikan terhadap resiliensi mahasiswa yaitu kompetensi sosial dengan persentase 19,76%, kompetensi pribadi - persepsi diri sebesar 19,67%, dan kohesi keluarga sebesar 17,36%. Selain itu kompetensi pribadi – persepsi masa depan

memberikan kontribusi sebesar 14,28%, sedangkan gaya hidup terstruktur memberikan kontribusi paling kecil yaitu 7,21%.

b. Penyesuaian Sosial

Berdasarkan aspek-aspek yang digunakan dalam penyesuaian sosial, aspek yang membentuknya adalah integrasi sosial umum, relasi interpersonal, keterlibatan sosial, kepuasan sosial, isolasi sosial dan penyesuaian terhadap lingkungan tempat tinggal.

Tabel 4. 14 Analisis Per Aspek Variabel Penyesuaian

Sosial			
Aspek	Skor	Skor Total	Persentase
	Total	Variabel	
Integrasi Sosial	2167	9696	22,35
Relasi Interpersonal	2732		28,18
Keterlibatan Sosial	1042		10,75
Kepuasan Sosial	1631		16,82
Isolasi Sosial	946		9,76
Penyesuaian terhadap Lingkungan Tempat Tinggal	1178		12,15
		Jumlah	100%

Berdasarkan tabel skor aspek penyesuaian sosial, aspek relasi interpersonal memberikan kontribusi paling besar dengan persentase sebesar 28,18%. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan mahasiswa dalam membangun dan menjaga hubungan dengan orang lain menjadi faktor utama dalam pembentukan penyesuaian sosial. Aspek lain yang juga membentuk penyesuaian sosial adalah integrasi sosial dengan persentase sebesar 22,35%, disusul oleh kepuasan sosial sebesar 16,82%. Selanjutnya, penyesuaian terhadap lingkungan tempat tinggal sebesar 12,15%, kemudian keterlibatan sosial dengan persentase sebesar 10,75%, serta yang paling rendah adalah isolasi sosial memberikan kontribusi sebesar 9,76%.

4. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui apakah asumsi atau dugaan dalam sebuah penelitian dapat dibuktikan kebenarannya berdasarkan data yang telah dikumpulkan. Dalam penelitian ini penguji ingin mengetahui apakah resiliensi berperan dalam membentuk penyesuaian sosial pada mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah. Analisis dilakukan dengan uji regresi linear sederhana menggunakan aplikasi *JAMOV*. Dengan regresi linear sederhana akan diketahui arah dan kekuatan hubungan antar dua variabel serta besarnya kontribusi resiliensi terhadap penyesuaian sosial. Pengambilan keputusan dilihat pada nilai signifikansinya

(nilai p), hipotesis penelitian diterima jika nilai signifikansi (p) $< 0,05$ dan ditolak jika $p > 0,05$.

Berdasarkan hasil analisis diperoleh temuan sebagai berikut:

Tabel 4. 15 *Model Fit Measures*

Model	R	R²	p	Keterangan
1	0.667	0.444	$< ,001$	Berpengaruh

Pada tabel model fit measures, hasil uji hipotesis menunjukan bahwa terdapat hubungan yang tergolong kuat dan positif antara variabel resiliensi dan penyesuaian sosial, hal ini dapat dilihat pada nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,667. Kemudian nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,444. Nilai ini menunjukkan bahwa resiliensi memberikan kontribusi sebesar 44.4% terhadap variasi penyesuain sosial, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak ada dalam model penelitian ini.

Pada tabel tersebut juga dapat dilihat terdapat nilai p yang menunjukkan signifikansi dengan nilai $< 0,001$ maka berdasarkan pengambilan keputusan diterima jika nilai signifikansi (p) $< 0,05$ dan ditolak jika $p > 0,05$, disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara resiliensi dengan penyesuaian sosial dikarenakan nilai $p < 0,001$ yang mana ini lebih kecil dari 0,05. Sehingga hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima dan terdapat pengaruh

yang signifikan antara resiliensi terhadap penyesuaian sosial pada mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah.

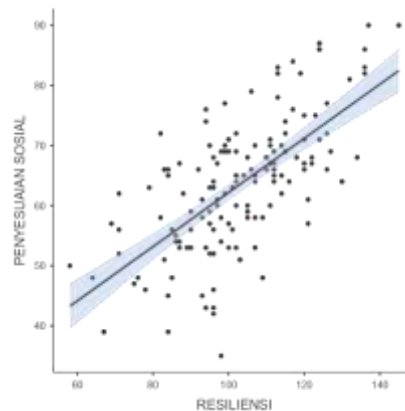
Tabel 4. 16 Model Coefficient Regresi

Predictor	Estimate	SE	t	p	Stand. Estimate
Intercept	17.145	4.2595	4.03	<.001	
RESILIENSI	0.450	0.0410	10.99	<.001	0.667

Berdasarkan hasil analisis pada tabel model *coefficients regresi*, diperoleh nilai konsta *intercept* sebesar 17,145 dengan nilai signifikansi $p < 0,001$. Nilai ini menunjukkan bahwa ketika variabel resiliensi bernilai nol, maka nilai penyesuaian sosial berada pada angka 17,145. Kemudian, variabel resiliensi memiliki nilai koefisien regresi (*Estimate*) sebesar 0,450 dengan nilai signifikansi $p < 0,001$. Nilai ini menunjukkan bahwa resiliensi memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap penyesuaian sosial pada mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah. Pengaruh positif ini memiliki arti bahwa setiap peningkatan satu poin resiliensi akan diikuti kenaikan penyesuaian sosial sebesar 0,450.

Selain itu, nilai *t* sebesar 10,99 menunjukkan bahwa variabel resiliensi memiliki kontribusi yang kuat dalam menjelaskan variasi penyesuaian sosial. Sementara itu, nilai *standardized estimate* (β)

sebesar 0,667 menunjukkan bahwa hubungan antara resiliensi dan penyesuaian sosial berada pada kategori kuat dan positif.



Gambar 4. 3 Grafik *Scatterplot*

Dari grafik *scatterplot* terlihat bahwa titik-titik data membentuk pola yang cenderung naik dan mengikuti garis lurus. artinya, semakin tinggi resiliensi mahasiswa, maka cenderung semakin tinggi pula penyesuaian sosialnya.

D. Pembahasan

1. Tingkat Resiliensi pada Mahasiswa yang Berposisi sebagai Anak Tengah

Berdasarkan hasil analisis deskriptif tingkat resiliensi mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah dibagi dalam tiga kategori yaitu tinggi, sedang, dan rendah, dengan dominasi pada kategori sedang. Temuan ini menunjukkan bahwa resiliensi mahasiswa tidak bersifat homogen, melainkan menunjukkan tingkat kemampuan adaptasi

psikologis yang beragam yang dipengaruhi oleh perbedaan pengalaman individu, kondisi keluarga, serta lingkungan sosial kampus.

Secara psikologis, kategori tinggi menunjukkan kondisi adaptasi yang optimal, di mana individu memiliki persepsi diri yang positif, keyakinan terhadap masa depan, kemampuan menjalin hubungan sosial yang baik, pola hidup yang lebih teratur, serta dukungan keluarga dan lingkungan sosial yang memadai. Kondisi ini mengindikasikan bahwa individu memiliki keseimbangan yang kuat antara faktor internal seperti optimisme dan ketahanan psikologis, serta faktor eksternal seperti dukungan sosial. Ini sejalan dengan Friborg et al. (2003) yang menjelaskan bahwa resiliensi terbentuk dari interaksi yang seimbang antara sumber daya personal dan lingkungan. Individu dengan kondisi ini tidak hanya mampu bertahan terhadap tekanan, tetapi juga mampu berkembang secara adaptif dalam situasi yang menuntut penyesuaian sosial. Dalam penelitian ini, mahasiswa dengan resiliensi tinggi menunjukkan skor yang optimal pada dimensi persepsi diri, persepsi masa depan, kompetensi sosial, kohesi keluarga, serta sumber daya sosial, yang mengindikasikan adanya kemampuan adaptasi psikologis yang baik dalam menghadapi tekanan akademik maupun sosial.

Kemudian, kategori sedang menunjukkan resiliensi yang cukup, tetapi belum stabil secara keseluruhan. Beberapa aspek kategori ini telah berkembang dengan baik, seperti sumber daya sosial dan kompetensi sosial. Tetapi aspek lain, seperti perspektif masa depan dan gaya hidup

terorganisir, masih menunjukkan ketidakkonsistenan. Kemampuan adaptasi telah terbentuk, namun belum konsisten pada seluruh dimensi resiliensi, terutama pada persepsi masa depan dan gaya hidup terstruktur yang masih menunjukkan variasi antar mahasiswa. Hal ini diperkuat berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa mahasiswa yang menyatakan bahwa mereka lebih sering menyimpan permasalahan sendiri, menjadi pendengar bagi orang lain, serta belum memiliki perencanaan masa depan yang terstruktur. Menurut Friborg et al. (2003), kondisi ini terjadi ketika keseimbangan antar dimensi resiliensi belum tercapai secara optimal. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa telah memiliki kemampuan dasar untuk beradaptasi dengan tekanan yang dihadapi, namun belum mampu mempertahankan keyakinan terhadap masa depan serta keteraturan dalam menjalani aktivitas sehari-hari secara konsisten.

Dalam kategori rendah, individu menunjukkan kerentanan psikologis dan kondisi di mana sebagian besar aspek resiliensi belum berkembang dengan baik. Persepsi diri yang tidak stabil, orientasi masa depan yang tidak jelas, kompetensi sosial yang terbatas, dan kurangnya pemanfaatan sumber daya sosial adalah semua faktor yang membuat individu dalam kategori ini lebih rentan terhadap tekanan sosial dan akademik. Secara teoritis, kondisi ini sejalan dengan Friborg et al. (2003), yang menyatakan bahwa rendahnya resiliensi terjadi ketika faktor internal seperti regulasi emosi dan kepercayaan diri tidak

berkembang dengan baik dan faktor eksternal seperti dukungan sosial tidak dapat dimanfaatkan secara optimal. Hal ini sejalan dengan hasil observasi yang menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa mengalami kesulitan dalam mempertahankan keteraturan aktivitas sehari-hari, kurang memanfaatkan dukungan sosial yang tersedia, serta menunjukkan keraguan dalam menentukan tujuan dan rencana masa depan.

Secara keseluruhan, variasi kategori ini menunjukkan bahwa resiliensi adalah konstruk psikologis yang dinamis pada mahasiswa anak tengah. Data lapangan menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa memiliki kemampuan adaptasi psikologis yang optimal, sedangkan sebagian lainnya masih mengalami hambatan pada beberapa dimensi resiliensi, terutama persepsi masa depan dan keteraturan gaya hidup. Selain itu, berdasarkan hasil wawancara dengan responden menunjukkan berbagai pola pengalaman, termasuk kecenderungan untuk memendam emosi, peran sebagai penyeimbang dalam keluarga, dan keinginan untuk terus belajar meskipun ada tekanan.

Teori psikologi Adler, yang menyatakan bahwa anak tengah lebih sering mengembangkan fleksibilitas sosial karena posisinya di antara kakak dan adik, dapat menjelaskan kondisi ini dari sudut pandang psikologi perkembangan. Namun, kualitas dukungan keluarga dan lingkungan sosial berkontribusi terhadap perbedaan tingkat kestabilan emosional pada mahasiswa anak tengah. Oleh karena itu, kategori

resiliensi yang berbeda dalam penelitian ini menunjukkan variasi dalam pengalaman psikologis yang dihasilkan oleh interaksi antara komponen keluarga, individu, dan lingkungan kampus.

Dengan demikian, kategori tinggi, sedang, dan rendah menunjukkan bahwa resiliensi mahasiswa anak tengah berada pada tingkat adaptasi yang beragam. Kategori tinggi menunjukkan kemampuan yang optimal dalam membangun persepsi diri yang positif, memiliki orientasi masa depan yang jelas, menjalin hubungan sosial yang baik, serta memanfaatkan dukungan keluarga dan lingkungan secara efektif. Kategori sedang menunjukkan bahwa mahasiswa telah memiliki kemampuan adaptasi yang cukup baik, terutama pada kompetensi sosial dan sumber daya sosial, namun belum konsisten dalam mempertahankan keyakinan terhadap masa depan dan keteraturan aktivitas sehari-hari. Sementara itu, kategori rendah menunjukkan keterbatasan pada sebagian besar dimensi resiliensi, khususnya persepsi diri, orientasi masa depan, dan pemanfaatan sumber daya sosial.

Temuan penelitian yang menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah memiliki tingkat resiliensi pada kategori sedang mengindikasikan bahwa responden telah memiliki kemampuan untuk menghadapi tekanan dan kesulitan, meskipun kapasitas tersebut masih dapat terus dikembangkan. Dalam perspektif Islam, kondisi tersebut sejalan dengan konsep resiliensi yang

tidak hanya dipahami sebagai kemampuan psikologis untuk bertahan menghadapi kesulitan, tetapi juga sebagai bentuk keimanan, kesabaran, dan keyakinan terhadap ketetapan Allah SWT. Sebagaimana dijelaskan pada QS. Al-Hadid ayat 22–23, setiap peristiwa yang dialami manusia telah berada dalam ketentuan Allah sehingga individu diarahkan untuk tidak larut dalam kesedihan maupun kegembiraan yang berlebihan. Nilai tersebut menunjukkan adanya kemampuan regulasi emosi dan pemaknaan positif terhadap setiap pengalaman hidup, yang dalam psikologi berkaitan dengan *cognitive reappraisal* sebagai salah satu komponen penting resiliensi.

Selain itu, QS. Fussilat ayat 30 menjelaskan bahwa individu yang beriman dan istiqamah akan memperoleh ketenangan serta tidak dikuasai rasa takut maupun kesedihan. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa anak tengah telah memiliki kemampuan adaptif dalam menghadapi tekanan akademik maupun sosial, sehingga dapat dipahami bahwa resiliensi bukan hanya dibangun melalui faktor psikologis sebagaimana dijelaskan Friborg et al. (2003), tetapi juga diperkuat oleh nilai-nilai spiritual berupa keimanan, kesabaran, dan sikap istiqamah. Dengan demikian, perspektif Islam memperkuat hasil penelitian bahwa ketahanan individu terbentuk melalui integrasi antara kemampuan psikologis dan kekuatan spiritual dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan.

2. Tingkat Penyesuaian Sosial pada Mahasiswa yang Berposisi sebagai Anak Tengah

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa penyesuaian sosial mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah terbagi dalam tiga kategori, yaitu tinggi, sedang, dan rendah, dengan dominasi pada kategori sedang. Temuan ini menunjukkan bahwa kemampuan penyesuaian sosial mahasiswa berada pada tingkat yang beragam dan tidak bersifat seragam, melainkan dipengaruhi oleh perbedaan pengalaman interpersonal, dukungan sosial, serta dimensi penyesuaian sosial atau pengalaman adaptasi sosial dalam menghadapi lingkungan perguruan tinggi.

Secara umum, kategori penyesuaian sosial yang tinggi menunjukkan kondisi adaptasi sosial yang ideal, di mana individu memiliki kemampuan untuk membangun hubungan interpersonal yang stabil, berpartisipasi secara aktif dalam interaksi sosial, dan menunjukkan keterlibatan sosial yang baik dalam lingkungan kampus. Individu dalam kategori ini menunjukkan kemampuan adaptasi sosial yang baik dalam interaksi dengan lingkungan kampus dan menyesuaikan diri dengan tuntutan sosial kampus. Ini sejalan dengan gagasan Baker dan Siryk (1989), yang menjelaskan bahwa kemampuan seseorang untuk membangun hubungan interpersonal yang sehat, keterlibatan sosial yang aktif, dan integrasi yang baik dengan lingkungan akademik adalah tanda penyesuaian sosial yang tinggi.

Dalam penelitian ini mahasiswa dengan kategori tinggi menunjukkan skor optimal pada aspek relasi interpersonal dan integrasi sosial, yang mengindikasikan kemampuan penyesuaian sosial yang baik di lingkungan kampus.

Sementara itu, kategori sedang menggambarkan kondisi penyesuaian sosial yang cukup baik namun belum konsisten secara menyeluruh. Individu masih mampu berinteraksi dan menjalankan fungsi sosial dasar di lingkungan kampus, tetapi keterlibatan sosialnya masih fluktuatif. Pada beberapa situasi, individu mampu beradaptasi dengan baik, namun pada kondisi tertentu menunjukkan keterbatasan dalam keterlibatan sosial yang lebih mendalam, seperti keterlibatan dalam interaksi sosial yang lebih mendalam atau hubungan interpersonal yang lebih intens. Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa mahasiswa, ditemukan bahwa mereka berperan sebagai penengah dalam interaksi sosial, namun belum sepenuhnya mampu mengekspresikan kebutuhan emosional secara terbuka. Kondisi ini menunjukkan adanya keseimbangan yang belum stabil antara kemampuan sosial dan antara kemampuan interaksi sosial dan ekspresi diri dalam hubungan interpersonal individu.

Hubungan interpersonal dan tingkat dukungan sosial di kampus sangat memengaruhi penyesuaian sosial, menurut penelitian Hako et al. (2023). Dalam konteks ini, mahasiswa anak tengah berada dalam posisi yang lebih sering fleksibel secara sosial, namun fleksibilitas tersebut

belum sepenuhnya diiringi dengan konsistensi dalam keterlibatan sosial di lingkungan kampus.

Individu yang berada di kategori rendah menunjukkan kondisi penyesuaian sosial yang kurang baik; mereka mengalami kesulitan dalam membangun dan mempertahankan hubungan dengan orang lain, dan mereka kurang aktif dalam interaksi sosial di lingkungan kampus. Mereka yang termasuk dalam kategori ini lebih sering menghadapi kesulitan dalam proses integrasi sosial, baik dalam konteks akademik maupun non-akademik. Menurut Baker dan Stryk (1989), keterbatasan dalam relasi interpersonal, rendahnya keterlibatan sosial, dan kesulitan menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan adalah semua tanda rendahnya penyesuaian sosial. Berdasarkan, hasil observasi menunjukkan bahwa orang dengan penyesuaian sosial rendah mengalami keterbatasan dalam menjalin relasi interpersonal dan penyesuaian dalam lingkungan sosial kampus

Secara keseluruhan, variasi kategori ini menunjukkan bahwa penyesuaian sosial pada mahasiswa anak tengah adalah proses adaptasi yang menunjukkan variasi kemampuan adaptasi sosial. Data lapangan memperkuat temuan ini: sebagian mahasiswa menunjukkan kemampuan sosial yang baik dalam situasi tertentu, tetapi tidak konsisten dalam keterlibatan sosial dalam situasi lain. Pola pengalaman sosial yang beragam, seperti peran sebagai penengah dalam konflik

sosial, perasaan tidak didengar, dan kecenderungan untuk menahan diri dalam situasi sosial tertentu, ditunjukkan dalam pesan responden.

Teori tentang urutan kelahiran Adler menjelaskan kondisi ini dari sudut pandang psikologi perkembangan. Teori ini menyatakan bahwa, karena anak tengah berada di antara dua peran dalam keluarga, mereka lebih sering belajar fleksibilitas sosial. Namun, fleksibilitas ini tidak selalu menghasilkan identitas sosial yang kuat di lingkungan baru seperti perguruan tinggi. Oleh karena itu, perbedaan kategori penyesuaian sosial dalam penelitian ini menunjukkan berbagai pengalaman sosial yang dipengaruhi oleh interaksi antara komponen keluarga, individu, dan lingkungan kampus.

Oleh karena itu, adanya kategori tinggi, sedang, dan rendah menunjukkan bahwa penyesuaian sosial siswa kelas tengah berada dalam tingkat kemampuan penyesuaian sosial yang bervariasi. Kategori tinggi menunjukkan adaptasi sosial yang optimal, sedangkan kategori sedang menunjukkan proses adaptasi yang masih berkembang, dan kategori rendah menunjukkan keterbatasan dalam integrasi sosial. Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahwa penyesuaian sosial adalah proses yang terbentuk melalui interaksi antara pengalaman keluarga, lingkungan kampus, dan kemampuan interpersonal individu

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa anak tengah berada pada kategori sedang dalam penyesuaian sosial.

Kondisi ini menunjukkan bahwa mayoritas responden telah mampu membangun hubungan sosial, berpartisipasi dalam lingkungan kampus, serta menyesuaikan diri dengan tuntutan sosial, meskipun proses adaptasi tersebut masih memerlukan pengembangan lebih lanjut. Temuan ini selaras dengan perspektif Islam yang memandang bahwa manusia diciptakan sebagai makhluk sosial yang dituntut untuk membangun hubungan yang harmonis dengan sesama. Sebagaimana dijelaskan dalam QS. Al-Hujurat ayat 13, Allah SWT menciptakan manusia bersuku-suku dan berbangsa-bangsa agar saling mengenal (*lita'ārafū*), sehingga keberagaman menjadi sarana untuk membangun interaksi sosial yang positif, bukan sebagai sumber perbedaan ataupun konflik.

Selain itu, hadis Rasulullah SAW yang menjelaskan bahwa seorang mukmin yang bergaul dengan masyarakat dan bersabar atas gangguan mereka lebih baik daripada orang yang menghindari pergaulan menunjukkan bahwa Islam mendorong keterlibatan aktif dalam kehidupan sosial. Kesabaran dalam menghadapi dinamika hubungan interpersonal merupakan bentuk regulasi emosi yang mendukung penyesuaian sosial. Oleh karena itu, hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa kemampuan penyesuaian sosial mahasiswa anak tengah tidak hanya dipengaruhi oleh faktor psikologis dan pengalaman keluarga, tetapi juga sejalan dengan ajaran Islam yang menekankan pentingnya membangun hubungan sosial yang baik,

toleransi, serta kesabaran dalam menghadapi berbagai dinamika kehidupan bermasyarakat.

3. Peran Resiliensi terhadap Penyesuaian Sosial pada Mahasiswa yang Berposisi sebagai Anak Tengah

Hasil analisis regresi sederhana menunjukkan bahwa resiliensi memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap penyesuaian sosial pada mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah. Hal ini ditunjukkan dengan nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,695 dengan signifikansi $p = 0,001$, serta koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,444 . Temuan ini menunjukkan bahwa resiliensi memiliki kontribusi sebesar 44,4% terhadap variasi penyesuaian sosial, sementara 55,6% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain, seperti dukungan sosial, pengalaman relasi interpersonal, dan kondisi keluarga.

Secara psikologis, hal ini menunjukkan bahwa resiliensi memiliki peran penting sebagai faktor internal yang mendukung kemampuan seseorang untuk beradaptasi secara sosial. Individu dengan resiliensi yang lebih tinggi menunjukkan skor yang lebih baik pada dimensi persepsi diri, persepsi masa depan, kompetensi sosial, kohesi keluarga, serta sumber daya sosial, yang mendukung kemampuan penyesuaian sosial di lingkungan kampus.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa pengaruh resiliensi terhadap penyesuaian sosial tidak hanya tercermin dari hubungan antar

variabel secara statistik, akan tetapi juga dapat dipahami melalui mekanisme setiap dimensi resiliensi dalam mendukung aspek-aspek penyesuaian sosial, yang dapat dipahami melalui fungsi resiliensi sebagai faktor protektif yang menyediakan modal psikologis dan sosial dalam menghadapi tuntutan kehidupan di perguruan tinggi.

Persepsi diri dan persepsi masa depan membantu mahasiswa mempertahankan keyakinan dan optimisme ketika menghadapi tantangan sosial. Temuan tersebut juga diperkuat oleh hasil observasi dan wawancara yang menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tingkat resiliensi yang lebih baik cenderung mampu mengelola tekanan secara mandiri, mempertahankan optimisme, serta tetap menjalankan interaksi sosial meskipun menghadapi berbagai tantangan. Sebagian mahasiswa menunjukkan keyakinan terhadap kemampuan dirinya dalam menyelesaikan permasalahan tanpa bergantung pada orang lain, sementara sebagian lainnya mampu memandang tekanan sebagai bagian dari proses yang harus dihadapi sehingga tetap dapat menjalankan aktivitas akademik dan sosial secara adaptif. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa persepsi diri dan persepsi masa depan berperan dalam membantu mahasiswa mempertahankan fungsi sosialnya selama menjalani kehidupan di perguruan tinggi.

Selain itu, kompetensi sosial sebagai salah satu dimensi resiliensi membantu individu membangun hubungan interpersonal, bekerja sama, serta keterlibatan dalam lingkungan sosial. Hasil

observasi dan wawancara juga menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki kompetensi sosial yang baik cenderung lebih mudah membangun hubungan interpersonal, menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, serta terlibat dalam berbagai aktivitas sosial di kampus. Sebagian besar responden mampu berinteraksi dengan berbagai karakter teman, menjaga hubungan yang harmonis, serta berperan sebagai penengah ketika menghadapi konflik. Pengalaman tersebut menunjukkan bahwa kompetensi sosial yang dimiliki mahasiswa anak tengah membantu mereka beradaptasi dengan lingkungan sosial dan mempertahankan keterlibatan dalam kehidupan kampus.

Selanjutnya, kohesi keluarga dan ketersediaan sumber daya sosial berperan sebagai faktor protektif yang memberikan dukungan emosional maupun sosial ketika mahasiswa menghadapi tekanan. Hasil observasi dan wawancara selanjutnya menunjukkan bahwa dukungan keluarga dan lingkungan sosial tetap menjadi faktor penting dalam proses penyesuaian sosial mahasiswa anak tengah. Meskipun beberapa mahasiswa cenderung menyelesaikan masalah secara mandiri dan memilih memendam perasaan ketika menghadapi kesulitan, mereka tetap membutuhkan dukungan emosional berupa kesempatan untuk didengarkan dan diterima oleh orang-orang di sekitarnya. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kohesi keluarga dan ketersediaan sumber daya sosial berperan sebagai faktor protektif yang membantu mahasiswa

mempertahankan penyesuaian sosial di tengah berbagai tekanan akademik maupun sosial.

Sehingga peningkatan resiliensi tidak secara langsung menciptakan penyesuaian sosial, tetapi meningkatkan kapasitas adaptif mahasiswa dalam memenuhi tuntutan sosial sehingga mereka lebih mampu berintegrasi, membangun relasi, berpartisipasi, merasa puas terhadap kehidupan sosial, mengurangi kecenderungan isolasi sosial, serta menyesuaikan diri dengan lingkungan tempat tinggal.

Mekanisme tersebut semakin relevan pada mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah. Berdasarkan teori urutan kelahiran Adler, posisi anak tengah menuntut individu untuk mampu beradaptasi, berkompromi, dan membangun hubungan yang baik dengan anggota keluarga. Pengalaman tersebut berpotensi mengembangkan dimensi-dimensi resiliensi, seperti persepsi diri, kompetensi sosial, serta dukungan keluarga dan sumber daya sosial. Oleh karena itu, mahasiswa anak tengah yang memiliki resiliensi lebih tinggi cenderung lebih mampu membangun relasi interpersonal, berpartisipasi dalam lingkungan sosial, serta menyesuaikan diri dengan kehidupan di perguruan tinggi dibandingkan mahasiswa dengan tingkat resiliensi yang lebih rendah.

Temuan ini tidak hanya didukung oleh teori psikologi modern, tetapi juga selaras dengan perspektif Islam yang memandang bahwa

ketahanan diri dan kemampuan menjalin hubungan sosial merupakan dua aspek yang saling berkaitan. Dalam perspektif Islam, resiliensi diwujudkan melalui keyakinan kepada ketetapan Allah, kesabaran, serta istiqamah dalam menghadapi ujian kehidupan. Nilai-nilai tersebut membentuk ketenangan psikologis sehingga individu mampu mengelola tekanan secara lebih adaptif. Ketika individu memiliki kemampuan untuk mengendalikan emosi, memaknai kesulitan secara positif, dan tetap optimis, maka individu akan lebih mudah membangun hubungan interpersonal yang sehat, berpartisipasi dalam lingkungan sosial, serta mampu menghadapi berbagai konflik sosial secara konstruktif.

Hubungan tersebut kemudian diperkuat oleh ajaran Islam mengenai pentingnya membangun relasi sosial yang baik sebagaimana terkandung dalam QS. Al-Hujurat ayat 13 dan hadis Rasulullah SAW mengenai keutamaan berinteraksi dengan masyarakat serta bersabar atas berbagai gangguan yang muncul dalam kehidupan sosial. Dengan demikian, individu yang memiliki resiliensi tinggi tidak hanya lebih mampu bangkit dari tekanan, tetapi juga lebih mampu mempertahankan keterlibatan sosial yang positif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa konsep resiliensi dalam psikologi memiliki keselarasan dengan konsep ketahanan diri dalam Islam, di mana keimanan, kesabaran, istiqamah, dan interaksi sosial yang positif menjadi fondasi penting dalam membentuk penyesuaian sosial yang optimal. Temuan ini sekaligus memperkuat pembahasan pada Bab II bahwa perspektif Islam dan teori

psikologi modern memiliki titik temu dalam menjelaskan hubungan antara resiliensi dan penyesuaian sosial.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa resiliensi memiliki peran yang signifikan dalam meningkatkan penyesuaian sosial mahasiswa anak tengah. Semakin tinggi tingkat resiliensi individu, semakin baik kemampuan penyesuaian sosialnya dalam menghadapi tuntutan akademik dan sosial. Temuan ini menegaskan bahwa proses adaptasi sosial tidak hanya dipengaruhi oleh faktor eksternal, tetapi juga sangat ditentukan oleh dimensi resiliensi sebagai faktor psikologis internal yang dalam hal ini direpresentasikan oleh resiliensi.

BAB V

PENUTUPAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan mengenai resiliensi dan penyesuaian sosial pada mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat resiliensi mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah berada pada tiga kategori yaitu tinggi, sedang, dan rendah dengan didominasi pada kategori sedang sebesar 65%. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa anak tengah memiliki kemampuan adaptasi psikologi yang beragam. Kategori sedang yang dominan ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki adaptasi psikologis yang cukup baik, namun belum optimal dan belum stabil pada seluruh dimensi resiliensi yang mencakup persepsi diri, persepsi masa depan, kompetensi sosial, gaya hidup terstruktur, kohesi keluarga, dan sumber daya sosial.
2. Tingkat penyesuaian sosial pada mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah juga dikategorikan ke dalam tiga kelompok yaitu tinggi, sedang, dan rendah, dengan didominasi pada kategori sedang sebesar 71%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mampu melakukan penyesuaian sosial di lingkungan perguruan tinggi, namun tingkat keterlibatan dan konsistensi dalam interaksi sosial masih bervariasi pada aspek relasi interpersonal dan integrasi sosial.

3. Resiliensi memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap penyesuaian sosial pada mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah. Hal ini ditunjukkan dengan nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,695 dengan signifikansi $p = 0,001$, yang menunjukkan bahwa semakin tinggi resiliensi maka semakin baik penyesuaian sosial mahasiswa di lingkungan kampus. Pengaruh tersebut menunjukkan bahwa dimensi-dimensi resiliensi, seperti persepsi diri, persepsi masa depan, kompetensi sosial, gaya hidup terstruktur, kohesi keluarga, dan ketersediaan sumber daya sosial, berperan sebagai modal psikologis yang membantu mahasiswa anak tengah membangun relasi interpersonal, berpartisipasi dalam lingkungan sosial, serta menyesuaikan diri dengan kehidupan di perguruan tinggi.
4. Resiliensi memberikan kontribusi sebesar 44,4% terhadap penyesuaian sosial mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah. Hal ini menunjukkan bahwa hampir setengah variasi penyesuaian sosial dipengaruhi oleh resiliensi, sedangkan sisanya sebesar 55,6% dipengaruhi oleh faktor lain seperti dukungan sosial, kondisi keluarga, dan pengalaman relasi interpersonal.

Secara keseluruhan, dapat disimpulkan bahwa resiliensi berperan penting dalam meningkatkan penyesuaian sosial mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah. Peningkatan resiliensi akan diikuti oleh peningkatan kemampuan adaptasi sosial di lingkungan perguruan tinggi karena resiliensi menyediakan modal psikologis dan sosial yang mendukung mahasiswa dalam

menghadapi tuntutan akademik maupun sosial, membangun hubungan interpersonal yang positif, serta beradaptasi dengan lingkungan kampus.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian mengenai resiliensi dan penyesuaian sosial pada mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa yang berposisi sebagai anak tengah disarankan untuk terus mengembangkan kemampuan resiliensi, terutama pada aspek persepsi diri dan persepsi masa depan yang masih menunjukkan variasi pada beberapa mahasiswa. Penguatan pada aspek ini dapat dilakukan melalui peningkatan kesadaran diri, perencanaan tujuan jangka panjang, serta kemampuan mengelola tekanan akademik secara lebih adaptif. Selain itu, mahasiswa juga perlu lebih aktif dalam memanfaatkan sumber daya sosial yang tersedia, seperti teman sebaya, lingkungan keluarga, dan komunitas kampus, agar proses penyesuaian sosial dapat berjalan lebih optimal.

2. Bagi Lingkungan Keluarga

Keluarga diharapkan dapat memberikan dukungan emosional yang lebih konsisten kepada anak tengah, terutama dalam bentuk penerimaan, perhatian, dan ruang komunikasi yang terbuka. Dukungan keluarga memiliki peran penting dalam membentuk resiliensi, khususnya pada

aspek kohesi keluarga dan persepsi diri. Dengan adanya dukungan yang lebih seimbang, mahasiswa dapat mengembangkan kemampuan adaptasi psikologis yang lebih stabil dalam menghadapi tuntutan kehidupan akademik maupun sosial.

3. Bagi Pihak Perguruan Tinggi

Perguruan tinggi diharapkan dapat menyediakan lingkungan yang mendukung pengembangan resiliensi dan penyesuaian sosial mahasiswa, seperti melalui layanan konseling, program pengembangan diri, serta kegiatan organisasi kemahasiswaan. Lingkungan kampus yang suportif dapat membantu mahasiswa dalam meningkatkan kompetensi sosial, memperluas relasi interpersonal, serta mengoptimalkan proses adaptasi sosial di lingkungan akademik.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti memberikan saran kepada peneliti selanjutnya agar dapat mengembangkan kajian ini menjadi lebih komprehensif. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengembangkan instrumen atau skala yang lebih spesifik dalam mengukur kondisi *middle child syndrome*. Pengembangan alat ukur ini penting untuk memberikan gambaran yang lebih terstruktur mengenai karakteristik psikologis anak tengah, sehingga dapat digunakan untuk mengidentifikasi tingkat

kecenderungan *middle child syndrome* secara lebih akurat dan operasional dalam penelitian kuantitatif.

- b. Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian ini dengan menambahkan variabel lain yang dapat memengaruhi penyesuaian sosial, seperti self-esteem, dukungan sosial, atau gaya pengasuhan orang tua.
- c. Selain itu, penelitian berikutnya juga dapat menggunakan pendekatan kualitatif yang lebih mendalam untuk menggali dinamika psikologis mahasiswa anak tengah secara lebih komprehensif, sehingga diperoleh gambaran yang lebih kaya mengenai proses adaptasi sosial yang terjadi.

DAFTAR PUSTAKA

- Adler, A. (1927). *Understanding Human Nature* (Vol. 98226, Issue 360). Hirzel, Leipzig.
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi Edisi II*. Pustaka Belajar.
- Baker, R. W., & Siryk, B. (1989). Student adaptation to college questionnaire. *Program of the Seventy-Fourth Annual Meeting*.
- Basith, A., Fitriyadi, S., Suwanto, I., & Mariana, D. (2025). *The Role of Social Support and Academic Resilience on Students ' Academic Stress*. 10, 20–31. <https://doi.org/10.23916/00202501051520>
- Bonanno, G. A. (2004). *Loss, Trauma, and Human Resilience*. 59(1), 20–28. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.1.20>
- Bowen, M. (1993). *Family therapy in clinical practice*. Bloomsbury Publishing PLC.
- Cantone, G. G., & Tomaselli, V. (2022). Hybrid Probabilistic-Snowball Sampling Design. *ArXiv Preprint ArXiv:2204.01887*.
- Carlos, J., & Id, C. (2023). *Distributional effects of parental time investments on children ' s socioemotional skills and nutritional health*. 1–20. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0288186>
- Chen, S. (2021). *HHS Public Access*. 57(6), 2085–2111. <https://doi.org/10.1007/s13524-020-00931-2>. Parental
- Chy, H., & Rymes, P. (2023). *Analysis of siblings ' relationship and parenting style using structure modelling approach*. 1–25. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0281266>
- Cohen, J. (1992). *Quantitative Methods In Psychology: A Power Prime*. 112(1), 155–159.
- Creswell, J. W. (2014). *Research Design : Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- Dalmı, A. B., Büyükatak, E., & Sürücü, L. (2025). *Psychological Resilience and Future Anxiety Among University Students : The Mediating Role of Subjective Well-Being*. 1–20.

- Dara, Y. P., Dewi, S. H., & Faizah, U. R. (2020). Penyesuaian Sosial Berdasarkan Adversity Quotient pada Mahasiswa Rantau The Role of Adversity Quotient on Social Adjustment among Migrating Students Yuliezar Perwira Dara, Sayidah Hilmi Dewi, Faizah, Ulifa Rahma Program Studi Psikologi Universitas Brawija. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 10(2), 139–149. <https://doi.org/10.26740/jppt.v10n2.p139-149>
- DeVellis, R. F. (2016). *Scale Development: Theory and Applications*. SAGE Publications. <https://books.google.co.id/books?id=48ACCwAAQBAJ>
- Dirks, M. A., Persram, R., Recchia, H. E., & Howe, N. (2015). Sibling relationships as sources of risk and resilience in the development and maintenance of internalizing and externalizing problems during childhood and adolescence. *Clinical Psychology Review*, 42, 145–155. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2015.07.003>
- Donado, M. L. G., Mercado-peñaloza, M., & Dominguez-Lara, S. (2021). Students : Internal Structure of the Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ). *JOURNAL OF NEW APPROACHES IN EDUCATIONAL RESEARCH*, 10, 251–263. <https://doi.org/10.7821/naer.2021.7.657>
- Eckstein, D., Aycock, K. J., Sperber, M. A., McDonald, J., Wiesner, V. Van, Watts, R. E., & Ginsburg, P. (2010). *A Review of 200 Birth-Order Studies : Lifestyle Characteristics*. 4.
- Eradus, M., Leijten, P., Melendez-Torres, G. J., Foo, X. Q., & Oliver, B. R. (2024). Parental differential warmth, hostility, and sibling differences in internalizing and externalizing behavior problems: A meta-analysis. *Journal of Family Psychology : JFP : Journal of the Division of Family Psychology of the American Psychological Association (Division 43)*, 38(3), 387–399. <https://doi.org/10.1037/fam0001194>
- Etikan, I., Musa, S. A., & Alkassim, R. S. (2016). *Comparison of Convenience Sampling and Purposive Sampling*. 5(1), 1–4. <https://doi.org/10.11648/j.ajtas.20160501.11>
- Fauziyyah, N. H., Rachmawati, Y., & Kurniati, E. (2018). ANALISIS PERILAKU

- SOSIAL ANAK DITINJAU DARI URUTAN KELAHIRAN (Penelitian Survei pada Siswa Taman Kanak-kanak Se-Kecamatan Sukasari Kota Bandung Tahun Ajaran 2017/2018). *EDUKIDS: Jurnal Pertumbuhan, Perkembangan, Dan Pendidikan Anak Usia Dini*, 15(229), 42–58.
- Feldman, R. (2006). *Development Across the Life Span*.
- Feng, N. (2021). *The Effect of Sibling Size on Children ' s Educational Attainment : Evidence From Indonesia*. <https://doi.org/10.1177/2096531120921703>
- Fernanda, S., Rinita, N., Amelia, N., & Chintya, A. (2024). *Emotional Intelligence and Adjustment Among First-Year University Students*. 97–106.
- Friborg, O., Hjemdal, O., Rosenvinge, J. A. N. H., & Martinussen, M. (2003). *A new rating scale for adult resilience : what are the central protective resources behind healthy adjustment ?* 12(2), 65–76.
- Fukuya, Y., Fujiwara, T., Isumi, A., Doi, S., & Ochi, M. (2021). Association of Birth Order With Mental Health Problems, Self-Esteem, Resilience, and Happiness Among Children: Results From A-CHILD Study. *Frontiers in Psychiatry*, 12(April). <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2021.638088>
- Gao, L., Zhang, N., Yang, W., & Deng, X. (2024). First-year students' psychological resilience and college adjustment: A person-oriented approach. *Psychology in the Schools*, 61(9), 3770–3784.
- Goffman, E. (1949). Presentation of self in everyday life. *American Journal of Sociology*, 55(1), 6–7.
- Goffman, E. (2023). The presentation of self in everyday life. In *Social theory re-wired* (pp. 450–459). Routledge.
- Güler, K., & Hazer, P. (2022). Relationship Between Psychological Birth Order, Social Anxiety and Childhood Trauma. *International Journal of Health Sciences*, 6(March), 2224–2240. <https://doi.org/10.53730/ijhs.v6ns2.5484>
- Hako, A., Shikongo, P. T., & Mbongo, E. N. (2023). *Psychological Adjustments Challenges of First-Year Students A conceptual review . Chapter Feb 2023. 2003*.
- Hobfoll, S. E. (1989). Conservation of resources. A new attempt at conceptualizing stress. *The American Psychologist*, 44(3), 513–524.

<https://doi.org/10.1037//0003-066x.44.3.513>

- Id, M. Z., Id, A. S. F., Schirl, J., Id, S. D., Id, M. V., & Tran, U. S. (2021). *A systematic review and meta-analysis of the associations between interparental and sibling relationships: Positive or negative?* 1–23. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0257874>
- Jensen, A. C., Apsley, H. B., Rolan, E. P., Cassinat, J. R., & Whiteman, S. D. (2020). Parental Differential Treatment of Siblings and Adolescents' Health-Related Behaviors: The Moderating Role of Personality. *Journal of Youth and Adolescence*, 49(1), 150–161. <https://doi.org/10.1007/s10964-019-01076-1>
- Jensen, A. C., & Jorgensen-Wells, M. A. (2025). Parents favor daughters: A meta-analysis of gender and other predictors of parental differential treatment. *Psychological Bulletin*, 151(1), 33–47. <https://doi.org/10.1037/bul0000458>
- Jensen, A. C., & Mchale, S. M. (2016). What Makes Siblings Different? The Development of Sibling Differences in Academic Achievement and Interests. *Journal of Family Psychology: JFP: Journal of the Division of Family Psychology of the American Psychological Association*, 29(3), 469–478. <https://doi.org/10.1037/fam0000090>.What
- Jensen, A. C., Pickett, J. M., Jorgensen-Wells, M. A., Andrus, L. E., Leiter, V. K., & Graver, H. (2022). The family stress model and parents' differential treatment of siblings: A multilevel meta-analysis. *Journal of Family Psychology: JFP: Journal of the Division of Family Psychology of the American Psychological Association (Division 43)*, 36(6), 851–862. <https://doi.org/10.1037/fam0000978>
- Jikihara, Y. (2025). *Stepfamily Dynamics and Emerging Adults' Adjustment in Japan: Four Patterns Affecting Stepchildren's Outcomes*. <https://doi.org/10.1111/famp.70071>
- Kim, J.-Y., McHale, S. M., Crouter, A. C., & Osgood, D. W. (2007). Longitudinal linkages between sibling relationships and adjustment from middle childhood through adolescence. *Developmental Psychology*, 43(4), 960–973. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.43.4.960>
- Lakens, D. (2013). *Calculating and reporting effect sizes to facilitate cumulative*

- science : a practical primer for t -tests and ANOVAs*. 4(November), 1–12.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00863>
- Li, Y., & Zheng, P. (2025). *Trait resilience protects against social anxiety in college students through emotion regulation and coping strategies*. 1–13.
- Liu, C., Nazri, M., & Rahman, A. (2022). *Relationships between parenting style and sibling conflicts : A meta-analysis*. August, 1–17.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.936253>
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: a critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543–562. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00164>
- Manuele, S. J., Yap, M. B. H., Lin, S. C., Pozzi, E., & Whittle, S. (2023). Associations between paternal versus maternal parenting behaviors and child and adolescent internalizing problems : A systematic review and. *Clinical Psychology Review*, 105(April), 102339.
<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2023.102339>
- Masten, A. S. (2001). Ordinary Magic: Resilience Processes in Development. *American Psychologist*, 56(3), 227–238. <https://doi.org/10.1037//0003-066X.56.3.227>
- Masten, A. S. (2021). Resilience of children in disasters: A multisystem perspective. *International Journal of Psychology : Journal International de Psychologie*, 56(1), 1–11. <https://doi.org/10.1002/ijop.12737>
- Morgan, D. D., & Rogers, C. R. (2026). *Sibling Problem-Solving as a Mediator between Sibling Closeness and Social Motivations*.
- Nozaki, M., Fujisawa, K. K., Ando, J., & Hasegawa, T. (2012). *The Effects of Sibling Relationships on Social Adjustment Among Japanese Twins Compared With Singletons*. 15(6), 727–736. <https://doi.org/10.1017/thg.2012.56>
- Nunnally, J. C., & Bernstein, I. H. (1994). *Psychometric Theory* (Issue 972). McGraw-Hill Companies, Incorporated.
<https://books.google.co.id/books?id=r0fuAAAAMAAJ>
- Pradiaswari, E. A. (2023). *Pemaknaan Anak Tengah Generasi Z Mengenai Middle Child Syndrome (Studi Fenomenologi Komunikasi Interpersonal pada Anak*

- Tengah*) [Universitas Multimedia Nusantara Tangerang].
<https://kc.umn.ac.id/id/eprint/26332>
- Priyanshu, M., & Pandey, N. (2025). *Study of Birth Order, Personality Traits and Psychological Well-Being in Adolescents: A Review*. 13(1), 0–2.
<https://doi.org/10.25215/1301.012>
- Qi, Y., Qiu, J., Zhang, Y., Shi, Y., Wu, Y., & Gao, Y. (2025). *Birth Order and Chinese Adolescent Mental Health within the Context of the Three-Child Policy : The Roles of Parenting Styles and Parental Company*. July.
- Reivich, K., & Shatte, A. (2003). *The Resilience Factor: 7 Keys to Finding Your Inner Strength and Overcoming Life's Hurdles*. Harmony/Rodale/Convergent.
<https://books.google.co.id/books?id=qArk3DvVs8AC>
- Rifameutia, T., & Malay, E. D. (2023). *IS THE STUDENT ADAPTATION TO COLLEGE QUESTIONNAIRE APPROPRIATE TO MEASURE STUDENTS' COLLEGE ADJUSTMENT?* 22(1), 44–56.
- Riggio, R. E., Watring, K. P., & Throckmorton, B. (1993). Social skills, social support, and psychosocial adjustment. *Personality and Individual Differences*, 15(3), 275–280. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0191-8869\(93\)90217-Q](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0191-8869(93)90217-Q)
- Rohrer, J. M., Egloff, B., & Schmukle, S. C. (2017). *Terms of use : Provided by : Probing Birth-Order Effects on Narrow Traits Using Specification-Curve Analysis*. 28, 1821–1832. <https://doi.org/10.1177/0956797617723726>
- Rutter, M. (1987). Psychosocial Resilience and Protective Mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57(3), 316–331.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1987.tb03541.x>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069.
- Salmon, C. A., & Daly, M. (1998). Birth order and familial sentiment: Middleborns are different. *Evolution and Human Behavior*, 19(5), 299–312.
[https://doi.org/10.1016/S1090-5138\(98\)00022-1](https://doi.org/10.1016/S1090-5138(98)00022-1)
- Samosa, R., Espinosa, J. A. M., Quiton, R. B., & Merlan, F. B. (2025).

- REIMAGINING THE COLLEGE STUDENTS ADJUSTMENT ,
PERCEIVED STRESS AND THEIR SUBJECTIVE WELL BEING INPUT
FOR RESILIENCE IN SCHOOL ENVIRONMENT UPLIFT PROGRAM
RISE UP. *IGNATIAN: International Journal For Multidisciplinary Research*,
3(5). <https://doi.org/https://doi.org/10.5281/zenodo.15497220>
- Schlenker, B. R., & Pontari, B. A. (2000). *The strategic control of information: Impression management and self-presentation in daily life*.
- Song, P., Cai, X., Qin, D., Wang, Q., Liu, X., Zhong, M., Li, L., & Yang, Y. (2024). Analyzing psychological resilience in college students: A decision tree model. *Heliyon*, 10(11), e32583. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e32583>
- Southwick, S. M., Bonanno, G. A., Masten, A. S., Panter-brick, C., & Yehuda, R. (2014). *interdisciplinary perspectives. 1*, 1–14.
- Sugiono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Penerbit Alfabeta.
- Sugiyono. (2013). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Penerbit Alfabeta.
- Sulloway, F. J. (2020). Birth order and evolutionary psychology. In *The Cambridge Handbook of Evolutionary Perspectives on Human Behavior* (pp. 299–310). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781108131797.026>
- Suryabrata, S. (2019). *Metodologi penelitian*. Rajawali Pers. <https://books.google.co.id/books?id=1VO3nQEACAAJ>
- Tresnadi, I. J., Ahmad, & Djalal, N. M. (2024). Hubungan Antara College Adjusment dan Stres Akademik Pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar. *J-CEKI : Jurnal Cendekia Ilmiah*, 3(6), 7242–7252.
- Vertel, A. V. (2023). *THE ORDER OF CHILDBIRTH IN THE FAMILY AND ITS INFLUENCE ON PERSONALITY DEVELOPMENT (USING THE PSYCHOANALYTIC PEDAGOGY OF ALFRED ADLER AS AN EXAMPLE)*. 2(113), 0–3. [https://doi.org/10.35433/pedagogy.2\(113\).2023.28-37](https://doi.org/10.35433/pedagogy.2(113).2023.28-37)
- Walsh, F. (2015). *Strengthening family resilience*. Guilford publications.
- Whiteman, S. D., Solmeyer, A. R., & McHale, S. M. (2015). Sibling Relationships

and Adolescent Adjustment: Longitudinal Associations in Two-Parent African American Families. *Journal of Youth and Adolescence*, 44(11), 2042–2053. <https://doi.org/10.1007/s10964-015-0286-0>

Zhang, R., Luo, Y., & Zhang, C. (2025). Acta Psychologica Emotional neglect and prosocial behavior among left-behind youth in China : roles of resilience and family socioeconomic status. *Acta Psychologica*, 257(May), 105081. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.105081>

Zheng, W., Guo, Q., Huang, T., Lu, J., & Xie, C. (2021). *The Prosocial Outgrowth of Filial Beliefs in Different Cultures : A Conditional Mediation Model Analysis*. 12(October). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.748759>

LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Penelitian: Skala Resiliensi

Silahkan pilih salah satu dari kelima pilihan jawaban pernyataan sesuai dengan kondisi Anda saat ini sebagai berikut :

1 = Sangat Tidak Sesuai

2 = Tidak Sesuai

3 = Netral

4 = Sesuai

5 = Sangat Sesuai

No	Pernyataan	Pilihan jawaban				
		1	2	3	4	5
1	Saya merasa bingung saat ada hal tak terduga terjadi					
2	Masalah pribadi saya tidak dapat diselesaikan					
3	Saya yakin terhadap kemampuan saya					
4	Saya meragukan keputusan saya sendiri					
5	Saat menghadapi kesulitan, saya cenderung menilai segala sesuatu dengan hat-hati dan kritis					
6	Saya mampu menerima hal yang tidak dapat dikendalikan dengan lapang dada					
7	Rencana masa depan saya sulit dicapai					
8	Saya tahu cara untuk mencapai tujuan masa depan saya					
9	Saya yakin masa depan saya akan berjalan dengan baik					
10	Tujuan masa depan saya tidak jelas					
11	Saya dapat mencapai kondisi terbaik apabila saya dapat menetapkan tujuan yang jelas					

12	Saya melakukan sesuatu dengan spontan tanpa perencanaan terlebih dahulu					
13	Saya pandai mengatur waktu					
14	Saya tidak memiliki rutinitas yang teratur dalam kehidupan sehari-hari					
15	Saya menikmati kebersamaan dengan orang lain					
16	Saya cenderung kaku saat berhadapan dengan orang lain					
17	Saya mudah berteman dengan orang baru					
18	Saya merasa kesulitan menjalin interaksi dengan orang baru					
19	Saya bisa memulai bercanda saat bersama orang lain					
20	Saya sulit memulai pembicaraan					
21	Saya memiliki nilai hidup yang berbeda dengan keluarga saya					
22	Saya merasa bahagia dengan keluarga saya					
23	Hubungan antar anggota keluarga saya kurang erat					
24	Pada masa-masa sulit, keluarga saya tetap memiliki pandangan positif terhadap masa depan					
25	Keluarga saya kurang saling mendukung satu sama lain					
26	Dalam keluarga saya, kami lebih suka melakukan segala sesuatu sendiri-sendiri.					
27	Saya tidak memiliki seseorang untuk berbagi masalah					
28	Saya memiliki teman/keluarga yang memberi semangat					
29	Saya tidak mudah akrab dengan orang lain					
30	Saya segera diberi tahu saat ada keluarga yang sedang dalam kondisi darurat					

31	Saya mendapat dukungan dari teman dan/atau keluarga					
32	Tidak ada yang membantu saya saat dibutuhkan					
33	Teman dan/atau keluarga menghargai diri saya					

Lampiran 2 Skala Penelitian: Skala Penyesuaian Sosial

Silahkan pilih salah satu dari kelima pilihan jawaban pernyataan sesuai dengan kondisi Anda saat ini sebagai berikut :

1 = Sangat Tidak Sesuai

2 = Tidak Sesuai

3 = Netral

4 = Sesuai

5 = Sangat Sesuai

No	Pernyataan	Pilihan jawaban				
		1	2	3	4	5
1	Saya merasa cocok sebagai bagian dari lingkungan kampus ini					
2	Saya dapat berteman dengan banyak orang di kampus					
3	Saya terlibat aktif dalam kegiatan mahasiswa di kampus					
4	Saya memiliki beberapa hubungan pertemanan yang erat di kampus					
5	Saya menikmati tinggal di rumah/kos/asrama					
6	Saya puas dengan aktivitas non-akademik yang tersedia di kampus					
7	Saya berhubungan baik dengan tetangga/teman kos di tempat tinggal saya					
8	Saya dapat bergaul dengan baik di kampus					
9	Saya sulit merasa nyaman dengan orang lain di kampus					
10	Saya puas dengan keterlibatan saya dalam kegiatan sosial di kampus					
11	Saya merasa kurang nyaman bergaul dengan beberapa teman di kampus					

12	Saya akhir-akhir ini merasa kesepian di kampus					
13	Saya merasa berbeda dengan mahasiswa lain					
14	Secara keseluruhan, saya lebih memilih berada di rumah/kos daripada di kampus					
15	Saya memiliki teman di kampus yang dapat saya ajak untuk berbicara tentang masalah pribadi					
16	Saya merasa puas dengan kehidupan sosial saya di kampus					
17	Saya merasa dapat menyesuaikan diri dengan baik di kampus					
18	Saya merasa senang dengan keputusan saya untuk berkuliah di kampus ini					
19	Saya berharap dapat pindah ke kampus lain					
20	Saya pernah berkomunikasi secara personal dengan dosen diluar kelas					

Lampiran 3 *Expert Judgment*

Lembar *Form* Penilaian *Expert Judgment*

Ahli 1

SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI EXPERT JUDGMENT	
Saya yang bertandatangan di bawah ini:	
Nama	: Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si.
Pekerjaan	: Dosen
NIP/NIDN	: 197605122003121002
Menyatakan (bersedia/ tidak bersedia)* menjadi <i>Expert Judgment</i> untuk skala Resiliensi yang diadaptasi dari <i>Resiliensi Scale for Adult (RSA)</i> dan Skala Penyesuaian Sosial yang diadaptasi dari sub Skala <i>Student Adaptation to College Questionnaire: Social Adjustment</i> , dan akan digunakan dalam menyelesaikan tugas akhir dengan judul "Peran Resiliensi Dalam Membentuk Penyesuaian Sosial Pada Mahasiswa yang Berposisi Sebagai Anak Tengah" yang disusun oleh :	
Nama	: Handhala Al Ashshidie Wotan
NIM	: 220401110209
Rekomendasi secara keseluruhan terhadap alat ukur :	
Malang, 24 April 2026 <i>Expert Judgment</i>  <u>Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si.</u> 197605122003121002	
*coret yang tidak sesuai	

YUSUF ALI MUHAMMAD
MALAYSIAN

1. **Objective** and **purpose** of the project (10%)
2. **Methodology** (10%)
3. **Results** (40%)
4. **Conclusion** (20%)
5. **References** (10%)

No.	Item	Score	Comments	Mark	Total
1	1. Objective and purpose of the project	10	10	10	10
2	2. Methodology	10	10	10	10
3	3. Results	40	40	40	40
4	4. Conclusion	20	20	20	20
5	5. References	10	10	10	10

Disetujui dengan Catatan

1	1. Objective and purpose of the project	10	10	10	10
2	2. Methodology	10	10	10	10
3	3. Results	40	40	40	40
4	4. Conclusion	20	20	20	20
5	5. References	10	10	10	10

Disetujui dengan Catatan

11	11. Objective and purpose of the project	10	10	10	10
12	12. Methodology	10	10	10	10
13	13. Results	40	40	40	40
14	14. Conclusion	20	20	20	20
15	15. References	10	10	10	10

Disetujui dengan Catatan

17	17. Objective and purpose of the project	10	10	10	10
18	18. Methodology	10	10	10	10
19	19. Results	40	40	40	40
20	20. Conclusion	20	20	20	20
21	21. References	10	10	10	10

Disetujui dengan Catatan

22	22. Objective and purpose of the project	10	10	10	10
23	23. Methodology	10	10	10	10
24	24. Results	40	40	40	40
25	25. Conclusion	20	20	20	20
26	26. References	10	10	10	10

Disetujui dengan Catatan

28	28. Objective and purpose of the project	10	10	10	10
29	29. Methodology	10	10	10	10
30	30. Results	40	40	40	40
31	31. Conclusion	20	20	20	20
32	32. References	10	10	10	10

Disetujui dengan Catatan

YUSUF ALI MUHAMMAD
MALAYSIAN

1. **Objective** and **purpose** of the project (10%)
2. **Methodology** (10%)
3. **Results** (40%)
4. **Conclusion** (20%)
5. **References** (10%)

No.	Item	Score	Comments	Mark	Total
1	1. Objective and purpose of the project	10	10	10	10
2	2. Methodology	10	10	10	10
3	3. Results	40	40	40	40
4	4. Conclusion	20	20	20	20
5	5. References	10	10	10	10

Disetujui dengan Catatan

33	33. Objective and purpose of the project	10	10	10	10
34	34. Methodology	10	10	10	10
35	35. Results	40	40	40	40
36	36. Conclusion	20	20	20	20
37	37. References	10	10	10	10

Disetujui dengan Catatan

10	Indikator Sosial	10	I am learning (ability) feeling in new ways about people in college	Saya belajar & merasa cara-cara yang berbeda tentang orang-orang di kampus	1	
11	Eksternal Sosial	11	I am satisfied with the people in (my) new group (college) because	Saya puas dengan orang-orang di kelompok saya karena	2	
12	Internal Intelektual	12	I know I have learned a lot while in the (my) new group (college)	Saya merasa banyak yang telah saya pelajari di kelompok saya	3	
13	Indikator Sosial	13	I have learned things easily in the (my) college group	Saya dengan mudah mempelajari hal-hal di kelompok saya	4	
14	Indikator Sosial	14	I feel I am very different from other students in college because	Saya merasa sangat berbeda dari mahasiswa lain di kampus karena	5	
15	Perilaku Sosial	15	The behavior I exhibit reflects the person I am	Perilaku yang saya tunjukkan mencerminkan orang yang saya inginkan	6	Mengembangkan

16	Indikator Intelektual	16	I have great good friends in college who understand me	Saya memiliki teman-teman baik di kampus yang memahami saya	7	
17	Eksternal Sosial	17	I am satisfied with the people in (my) new group (college) because	Saya puas dengan orang-orang di kelompok saya karena	8	
18	Indikator Sosial	18	I am learning (ability) feeling in new ways about people in college	Saya belajar & merasa cara-cara yang berbeda tentang orang-orang di kampus	9	
19	Indikator Sosial	19	I know I have learned a lot while in the (my) new group (college)	Saya merasa banyak yang telah saya pelajari di kelompok saya	10	
20	Indikator Sosial	20	I have learned things easily in the (my) college group	Saya dengan mudah mempelajari hal-hal di kelompok saya	11	
21	Indikator Sosial	21	I feel I am very different from other students in college because	Saya merasa sangat berbeda dari mahasiswa lain di kampus karena	12	
22	Perilaku Sosial	22	The behavior I exhibit reflects the person I am	Perilaku yang saya tunjukkan mencerminkan orang yang saya inginkan	13	Mengembangkan

Ahli 2

SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI RATER

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Muh. Anwar Fu'ady S.Psi., MA
Pekerjaan : Dosen
NIP/NIDN : 19850110201608011037

Menyatakan bersedia menjadi rater untuk skala Resiliensi yang diadaptasi dari *Resiliensi Scale for Adult (RSA)* dan Skala Penyesuaian Sosial yang diadaptasi dari sub Skala *Student Adaptation to College Questionnaire: Social Adjustment*, dan akan digunakan dalam menyelesaikan tugas akhir dengan judul "Peran Resiliensi Dalam Membentuk Penyesuaian Sosial Pada Mahasiswa yang Berposisi Sebagai Anak Tengah" yang disusun oleh :

Nama : Handhala Al Ashshidie Wotan
NIM : 220401110209

Adapun catatan yang diberikan untuk skala Konformitas Teman Sebaya adalah sebagai berikut:

.....
.....
.....
.....
.....

Malang, 06 Mei 2026

Expert Judgment


Muh. Anwar Fu'ady S.Psi., MA

19850110201608011037

[illegible][illegible]

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Muchamad Adam Basori, MA (TESOL)
Pekerjaan : Dosen
NIP/NIDN : 198103122023211011

Menyatakan bersedia menjadi rater untuk skala Resiliensi yang diadaptasi dari *Resiliensi Scale for Adult (RSA)* dan Skala Penyesuaian Sosial yang diadaptasi dari sub Skala *Student Adaptation to College Questionnaire: Social Adjustment*, yang akan digunakan dalam menyelesaikan tugas akhir dengan judul "Peran Resiliensi Dalam Membentuk Penyesuaian Sosial Pada Mahasiswa yang Berposisi Sebagai Anak Tengah" yang disusun oleh :

Nama : Handhala Al Ashshidie Wotan
NIM : 220401110209

Adapun catatan yang diberikan untuk skala Resiliensi dan Skala Penyesuaian Sosial, adalah sebagai berikut :

Malang, 15 April 2026
Rater, 

Muchamad Adam Basori, MA (TESOL)
NIP. 198103122023211011

Tabel Hasil *Expert Judgment*

Alat Ukur Resiliensi

No	Aspek	No. Item	Item Asli (Bahasa Inggris)	Item Terjemahan (Bahasa Indonesia)	AMI.1	AMI.2	AMI.3	Total	Adapt's V.	Keterangn	Kepuasan	Saran AMI	Alasan Final
1	Kompetensi Pribadi - Personal (10)	1	When unexpected adversity happens I often feel hopeless	Saya sering merasa putus asa dan tidak berdaya	3	3	3	9	1	Valid	Diperhatikan	Harapan "urang" (1)	Saya merasa putus asa dan tidak berdaya
2		2	My personal performance is usually	Mamalah pribadi saya tidak dapat	3	3	3	9	1	Valid	Diperhatikan	Tidak ada saran	Mamalah pribadi saya tidak dapat
3		3	My abilities I strongly believe in	Saya sangat yakin terhadap kemampuan saya	3	3	3	9	1	Valid	Diperhatikan	Harapan "urang" (3)	Saya yakin terhadap kemampuan saya
4		4	My judgement and decisions I often doubt myself	Saya sering meragukan keputusan saya	3	3	3	9	1	Valid	Diperhatikan	Harapan "urang" (1)	Saya meragukan keputusan saya sendiri
5	Kompetensi Pribadi - Personal (10)	5	In difficult periods I have a tendency to view everything gloom	Saya cenderung memandang segala sesuatu dengan suram	3	2	3	8	0,58	Salah/Berapa	Berapa Mayor	Terpikirkan tentang "mengandung segala sesuatu dengan suram" bisa diganti dengan "memandang segala sesuatu dengan suram" (2)	Saat menghadapi kesulitan, saya cenderung melihat segala sesuatu dengan suram dan sedih
6		6	I never know how that I cannot enhance myself	Saya merasa penasaran bagaimana yang tidak dapat ditingkatkan dengan upaya sendiri	3	3	3	9	1	Valid	Diperhatikan	Tidak ada saran	Saya merasa penasaran bagaimana yang tidak dapat ditingkatkan dengan upaya sendiri
7		7	My plans for the future are difficult to accomplish	Beberapa rencana saya sulit dicapai	3	3	3	9	1	Valid	Diperhatikan	Tidak ada saran	Beberapa rencana saya sulit dicapai
8		8	My future goals I know how to accomplish	Saya tahu cara untuk mencapai tujuan masa depan saya	3	3	3	9	1	Valid	Diperhatikan	Tidak ada saran	Saya tahu cara untuk mencapai tujuan masa depan saya
9	Kompetensi Pribadi - Personal (10)	9	I feel that my future looks very promising	Masa depan saya terlihat sangat menjanjikan	3	3	3	9	1	Valid	Berapa Mayor	Dapat diperbaiki menjadi "Saya memantapkan masa depan saya untuk mencapai tujuan" (4)	Saya yakin masa depan saya akan berhasil dengan baik
10		10	My goals for the future are unclear	Tujuan masa depan saya tidak jelas	3	3	3	9	1	Valid	Diperhatikan	Tidak ada saran	Tujuan masa depan saya tidak jelas
11		11	I am at my best when I have a clear goal to achieve	Saat saya berada pada kondisi terbaik saya memiliki tujuan yang jelas untuk dicapai	3	3	3	9	0,76	Salah/Berapa	Berapa Mayor	Terdapat tanda "Saya ingin tahu" bisa diganti dengan "Saya ingin tahu" (5)	Saya dapat mencapai kondisi terbaik apabila saya dapat menetapkan tujuan yang jelas
12		12	When I read on new things I am usually	Saya senang membaca dan menulis tentang hal-hal baru	4	3	3	10	0,75	Salah/Berapa	Diperhatikan	Terinspirasi tentang "Saya ingin tahu" bisa diganti dengan "Saya ingin tahu" (6)	Saya membaca dan menulis tentang hal-hal baru
13	Gaya Hidup Terstruktur	13	I am good at organizing my time	Saya pintar mengatur waktu	3	3	3	9	1	Valid	Diperhatikan	Tidak ada saran	Saya pintar mengatur waktu
14		14	Plans and regular routines are absent in my everyday life	Saya tidak memiliki rencana yang teratur dalam kehidupan sehari-hari	3	3	3	9	1	Valid	Diperhatikan	Tidak ada saran	Saya tidak memiliki rencana yang teratur dalam kehidupan sehari-hari
15		15	I enjoy being together with other people	Saya menikmati kebersamaan dengan orang lain	3	3	3	9	1	Valid	Diperhatikan	Tidak ada saran	Saya menikmati kebersamaan dengan orang lain
16		16	It is difficult to socialize with people I don't know	Berbicara dengan orang yang saya tidak kenal sulit	3	3	3	9	0,83	Valid	Berapa Mayor	Saya cenderung jika mau berinteraksi dengan orang lain (1)	Saya cenderung jika mau berinteraksi dengan orang lain
17	Kompetensi Sosial	17	New friendships are meaningful to me	Saya mudah menjalin persahabatan dengan orang baru	4	3	3	10	0,82	Valid	Berapa Mayor	Majalah persahabatan dengan teman (1)	Saya mudah menjalin persahabatan dengan orang baru
18		18	Meeting new people is difficult for me	Ketika bertemu dengan orang baru saya merasa sulit	3	3	3	9	0,82	Valid	Berapa Mayor	Saya merasa kesulitan menjalin persahabatan dengan orang baru (2)	Saya merasa kesulitan menjalin persahabatan dengan orang baru
19		19	When I am with others I easily laugh	Saya mudah tertawa dan berinteraksi dengan orang lain	3	3	3	9	0,83	Valid	Berapa Mayor	Dapat diperbaiki menjadi "Saya merasa kesulitan berinteraksi dengan orang lain" (4)	Saya bisa menjadi berinteraksi dan berinteraksi dengan orang lain
20		20	For me, having a good topic for conversation is difficult	Saya sulit mencari topik pembicaraan	3	3	3	9	0,82	Valid	Diperhatikan	Saya sulit memulai pembicaraan (3)	Saya sulit memulai pembicaraan
21	Kompetensi Sosial	21	My family's understanding of what is important in life is quite different from mine	Pemahaman keluarga saya tentang apa yang penting dalam hidup berbeda dengan pemahaman saya	3	2	3	8	0,67	Salah/Berapa	Berapa Mayor	Kurang jelas memahami "Saya ingin tahu" bisa diganti dengan "Saya ingin tahu" (5)	Saya memiliki nilai hidup yang berbeda dengan keluarga saya

22		I feel very happy with my family	Saya merasa sangat bahagia dengan keluarga saya	Valid	Dependent	Skala Likert "Strong" (1)	Saya merasa bahagia dengan keluarga saya
23	Kebahagiaan Keluarga	My family is characterized by disconnection	Keluarga saya kurang memiliki kekohatan atau satu dengan yang lain	Valid	Dependent	Skala Likert "Strong" (1)	Hubungan antar anggota keluarga saya kurang erat
24		In difficult periods my family keeps a positive outlook on the future	Pada masa-masa sulit, keluarga saya tetap memiliki pandangan positif terhadap masa depan	Valid	Dependent	Tidak ada sama	Pada masa-masa sulit, keluarga saya tetap memiliki pandangan positif terhadap masa depan
25		Facing other people, our family acts unresponsive if we disagree	Keluarga saya kurang saling mendukung satu sama lain	Valid	Dependent	Tidak ada sama	Keluarga saya kurang saling mendukung satu sama lain
26		In my family we discuss things on our own	Dalam keluarga saya, kami lebih suka memutuskan segala sesuatu sendiri-sendiri	Valid	Dependent	Tidak ada sama	Dalam keluarga saya, kami lebih suka memutuskan segala sesuatu sendiri-sendiri
27	Sember Daya Sosial	I can discuss personal issues with no one	Saya tidak memiliki tempat untuk berbagi masalah	Valid	Dependent	"Strong" bisa diganti dengan dua lain (3)	Saya tidak memiliki tempat untuk berbagi masalah
28		Those who are good at encouraging me are some close friends/family members	Saya memiliki teman/keluarga yang memberi semangat	Valid	Dependent	Tidak ada sama	Saya memiliki teman/keluarga yang memberi semangat
29		The best among my friends is weak	Bagus seseorang yang lemah	Valid	Reverse Marker	Saya tidak setuju dengan orang lain (1)	Saya tidak setuju dengan orang lain
30		When a family member experiences a crisis/emergency I am informed right away	Saya segera diberitahu saat ada masalah keluarga yang mengalami darurat	Valid	Dependent	Saat ada masalah dengan keluarga (1)	Saya segera diberitahu saat ada masalah keluarga yang sedang dalam kondisi darurat
31	Sember Daya Sosial	I get support from friends/family members	Saya mendapat dukungan dari teman/keluarga	Valid	Dependent	dukungan (3)	Saya mendapat dukungan dari teman/keluarga
32		When needed, I have one who can help me	Tidak ada yang membantu saya saat dibutuhkan	Valid	Dependent	Tidak ada sama	Tidak ada yang membantu saya saat dibutuhkan
33		My close friends/family members appreciate my gifts	Teman/keluarga menghargai dari saya	Valid	Dependent	dukungan (3)	Teman/keluarga menghargai dari saya

Alat Ukur Penyesuaian Sosial

No	Aspek	No. Item	Item Asli (Bahasa Inggris)	Item Terjemahan (Bahasa Indonesia)	Abb.1	Abb.2	Abb.3	Alfa's V	Keterangan	Keputusan	Skor Asli	Alternatif
1	Kemampuan Sosial	1	I feel that I fit in well as part of the college environment.	Saya merasa cocok sebagai bagian dari lingkungan kampus ini	5	5	5	0,25	Sesuai/Baru	Diperhatikan	Tidak ada saran	Saya merasa cocok sebagai bagian dari lingkungan kampus ini
2		14	On balance, I would rather be here than here.	Secara keseluruhan, saya lebih memilih berada di rumah daripada di kampus	5	5	5	0,25	Sesuai/Baru	Revisi Minor	Ditambahkan (1)	Secara keseluruhan, saya lebih memilih berada di rumah daripada di kampus
3		17	I am adjusting well to college.	Saya merasa dapat menyesuaikan diri dengan baik di kampus	5	5	5	0,25	Sesuai/Baru	Diperhatikan	Tidak ada saran	Saya merasa dapat menyesuaikan diri dengan baik di kampus
4		18	I am pleased now about my decision to attend this college in particular.	Saya merasa senang dengan keputusan saya untuk berkuliah di kampus ini	5	5	5	0,25	Sesuai/Baru	Diperhatikan	Tidak ada saran	Saya merasa senang dengan keputusan saya untuk berkuliah di kampus ini
5		19	I wish I were at another college or university.	Saya berharap dapat pindah ke kampus lain	4	5	5	0,475	Sesuai/Baru	Diperhatikan	Tidak ada saran	Saya berharap dapat pindah ke kampus lain
6	Kemampuan Interpersonal	2	I am meeting as many people and making as many friends as I would like at college.	Saya dapat bertemu banyak orang dan memiliki teman sebanyak yang saya inginkan di kampus	5	5	5	0,625	Sesuai/Baru	Revisi Minor	Saya dapat bertemu dengan banyak orang di kampus (1)	Saya dapat bertemu dengan banyak orang di kampus
7		4	I have several close social ties at college.	Saya memiliki beberapa hubungan persahabatan yang dekat di kampus	5	5	5	0,25	Sesuai/Baru	Diperhatikan	Tidak ada saran	Saya memiliki beberapa hubungan persahabatan yang erat di kampus
8		8	I feel that I have enough social skills to get along well in the college setting.	Saya merasa memiliki keterampilan sosial yang cukup untuk bergaul dengan baik di kampus	5	5	5	0,25	Sesuai/Baru	Diperhatikan	Ilustrasi kata "College". Saya dapat bergaul dengan baik di kampus (1)	Saya dapat bergaul dengan baik di kampus
9		11	I haven't been mixing too well with the opposite sex lately.	Saya merasa kurang nyaman bergaul dengan lawan jenis belakangan ini	5	2	4	0,5	Sesuai/Baru	Revisi Minor	"Lain jenis" berarti lawan jenis. Bisa di pertimbangkan menggunakan "lawan jenis tertentu" (2)	Saya merasa kurang nyaman bergaul dengan lawan jenis tertentu di kampus
10		15	I have some good friends or acquaintances at college with whom I can talk about any problems I may have.	Saya memiliki teman atau kenalan di kampus yang dapat saya ajak berbicara tentang masalah pribadi	5	5	5	0,25	Sesuai/Baru	Diperhatikan	Bisa teman saja (1)	Saya memiliki teman di kampus yang dapat saya ajak berbicara tentang masalah pribadi
11	Kemampuan Sosial	3	I am very involved with social activities in college.	Saya sangat aktif dalam kegiatan sosial di kampus	5	2	5	0,475	Sesuai/Baru	Revisi Minor	Kegiatan sosial diganti kegiatan mahasiswa (1) Kata "sangat aktif" menjadi ekstrim, bisa diganti dengan "aktif" (2)	Saya terlibat aktif dalam kegiatan mahasiswa di kampus
12		20	I have had informal, personal contacts with college professors.	Saya pernah menjalin komunikasi informal dan personal dengan dosen	4	5	5	0,475	Sesuai/Baru	Revisi Minor	Konfirmasi personal (3) tema untuk wawancara wawancara, mungkin bisa diganti "Saya merasa cukup nyaman berkomunikasi dengan dosen di luar kelas akademik formal" (4)	Saya pernah berkomunikasi secara personal dengan dosen di luar kelas
13		6	I am satisfied with the extracurricular activities available at college.	Saya puas dengan kegiatan ekstrakurikuler yang tersedia di kampus	5	5	4	0,475	Sesuai/Baru	Diperhatikan	Diksi ekstrikuler dapat lebih dibuat umum, pada akhir wawancara wawancara (3)	Saya puas dengan aktivitas non-akademik yang tersedia di kampus
14		10	I am satisfied with the extent to which I am participating in social activities at college.	Saya puas dengan tingkat keterlibatan saya dalam kegiatan sosial di kampus	5	5	5	0,25	Sesuai/Baru	Diperhatikan	dengan keterlibatan (tidak perlu "tingkat") (3)	Saya puas dengan keterlibatan saya dalam kegiatan sosial di kampus

Lampiran 4 Form Kuesioner Penelitian



PERAN RESILIENSI DALAM MEMBENTUK PENYESUAIAN SOSIAL PADA MAHASISWA YANG BERPOSISI SEBAGAI ANAK TENGAH

Assalamu'alaikum Wt. Wb.
Halo teman-teman!

Perkenalkan, saya **Handhala Ai Azzahidie Wotan**, mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Saat ini saya sedang melakukan penelitian untuk keperluan penyusunan skripsi.

Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana resiliensi berperan dalam penyesuaian sosial mahasiswa, khususnya bagi yang memiliki posisi sebagai anak tengah (*middle child*).

Kalau kamu:

1. Mahasiswa aktif Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Menjadi/memiliki posisi sebagai anak tengah (baik sebagai anak kedua/ketiga/keempat/terakhir dan memiliki kakak dan adik)

👉 Kamu sangat tepat jadi responden penelitian ini! 👉

Semua jawaban yang kamu berikan akan **dijaga kerahasiaannya** dan hanya digunakan untuk kepentingan akademik.

Di sini juga **tidak ada jawaban benar atau salah**, jadi isi aja dengan jujur sesuai kondisi kamu ya! 🙏

Pengisian kuesioner ini kurang lebih memakan waktu sekitar **10-15 menit**.

Terima kasih banyak atas waktu dan partisipasinya! 🙏

Wassalamu'alaikum Wt. Wb.

Salam hangat,

Handhala Ai Azzahidie Wotan
Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

* Menunjukkan pertanyaan yang wajib diisi

IDENTITAS RESPONDEN

Terima kasih ya sudah bersedia berpartisipasi! 🙏

Sebelum masuk ke bagian utama, kita mulai dulu dengan beberapa pertanyaan singkat tentang data diri kamu.

Nama/Isi! *

Jawaban Anda

Jenis kelamin *

☐ Laki-laki
☐ Perempuan

Usia *

(Contoh: 20)

Jawaban Anda

Semester saat ini *

☐ 2
☐ 4
☐ 6
☐ 8
☐ Yang lain: _____

Fakultas *

☐ Psikologi
☐ FITK
☐ Syariah
☐ Ekonomi

Pernyataan Persetujuan (Informed Consent)

Sebelum melanjutkan, mohon dibaca terlebih dahulu ya! 📖

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Saya telah membaca dan memahami penjelasan penelitian ini
2. Saya bersedia menjadi responden secara sukarela tanpa paksaan
3. Saya dapat menghentikan partisipasi kapan saja tanpa konsekuensi
4. Data yang saya berikan bersifat anonim dan akan dijaga kerahasiaannya
5. Saya memahami bahwa tidak ada jawaban benar atau salah
6. Saya akan mengisi kuesioner sesuai dengan kondisi diri saya

Apakah Anda bersedia menjadi responden dalam penelitian ini? *

☐ Ya, saya bersedia 🙏

Berikutnya

Kesungguhan formasi

Realisasi

Di bagian ini kamu akan menemukan beberapa pernyataan tentang bagaimana kamu menghadapi masalah, mengelola emosi, serta beradaptasi dengan tekanan atau tantangan dalam kehidupan sehari-hari.

Bagian ini bertujuan untuk mengukur **tingkat resilience**, yaitu kemampuan seseorang untuk bertahan, bangkit, dan menyesuaikan diri ketika menghadapi kesulitan.

Berapakah saat ini ya? 🟡 **Isi pilih jawaban yang paling menggambarkan kondisi kamu saat ini. Ingat! perlu nilai terendah kamu, biasanya jawaban pertama yang kelihatan itu yang paling sesuai.**

Tetapi, **nggak ada jawaban benar atau salah kok!** Jadi isi aja sejujur mungkin sesuai apa yang kamu rasakan 🙏

SEMANGAATT! 🟡

Petunjuk Pengisian
Silahkan pilih salah satu dari kelima pilihan jawaban pernyataan sesuai dengan kondisi Anda saat ini sebagai berikut:

1 = Sangat Tidak Sesuai
2 = Tidak Sesuai
3 = Netral
4 = Sesuai
5 = Sangat Sesuai

Saya sering merasa bingung saat ada hal tak terduga terjadi

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Sesuai ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

Masalah pribadi saya tidak dapat diselesaikan

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Sesuai ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

Saya sangat yakin terhadap kemampuan saya

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Sesuai ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

Pemrosesan Sosial

Di bagian ini kamu akan menemukan beberapa pernyataan tentang bagaimana kamu berinteraksi dengan orang lain, menjalin hubungan, serta menyesuaikan diri dengan lingkungan kampus.

Bagian ini bertujuan untuk mengukur **tingkat pemrosesan sosial**, yaitu kemampuan seseorang untuk merasa nyaman, terlibat, dan berinteraksi dengan baik dalam lingkungan sosialnya, khususnya di dunia perkuliahan.

Berapakah saat ini ya? 🟡 **Isi pilih jawaban yang paling menggambarkan kondisi kamu saat ini. Ingat! perlu nilai terendah kamu, biasanya jawaban pertama yang kelihatan itu yang paling sesuai.**

Tetapi, **nggak ada jawaban benar atau salah kok!** Jadi isi aja sejujur mungkin sesuai apa yang kamu rasakan 🙏

Makasih banyak ya sudah sampai di bagian ini! 🙏🟢

SEMANGAATT! 🟡

Petunjuk Pengisian
Silahkan pilih salah satu dari kelima pilihan jawaban pernyataan sesuai dengan kondisi Anda saat ini sebagai berikut:

1 = Sangat Tidak Sesuai
2 = Tidak Sesuai
3 = Netral
4 = Sesuai
5 = Sangat Sesuai

Saya merasa enak sebagai bagian dari lingkungan kampus ini

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Sesuai ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

Saya dapat berteman dengan banyak orang di kampus

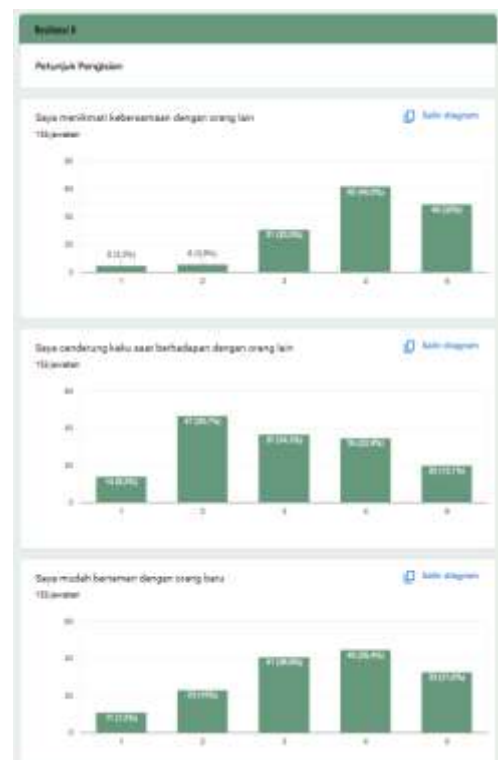
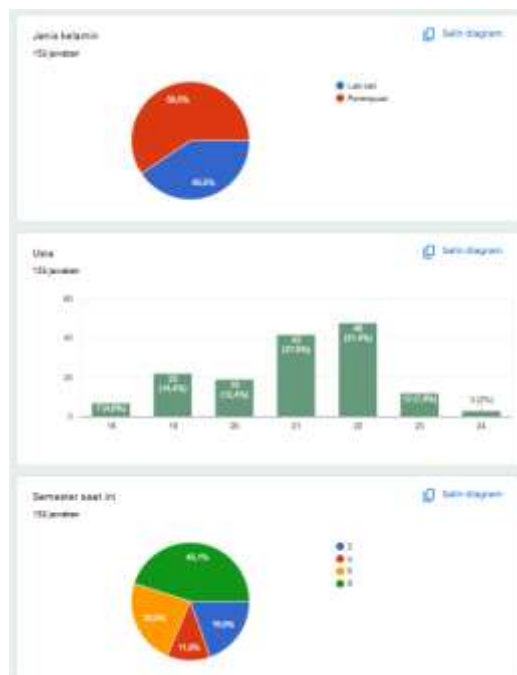
1 2 3 4 5

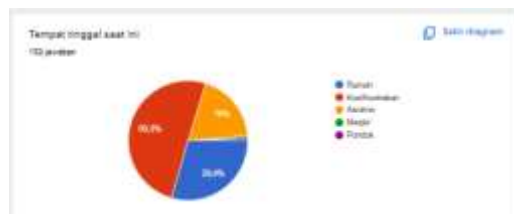
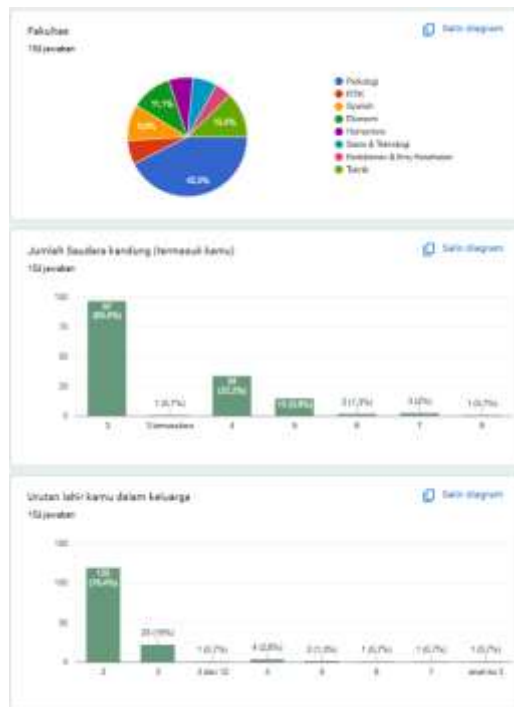
Sangat Tidak Sesuai ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ Sangat Sesuai

Saya terlibat aktif dalam kegiatan mahasiswa di kampus

1 2 3 4 5

Lampiran 5 Hasil Kuesioner





Ada yang mau kamu sampaikan/bertahan bisa kasih disini ya hehe, kalau nggak juga nggak papa :D jawaban

Aku anak tengah, memang banyak sekali peran yang harus dilakukan dan berbagai jabatan, tapi nggak bisa peran mana pun yang aku mau jadi karena aku nggak akan jadi orang tua yang hebat dan saya adalah anak perempuan yang belajar di keluarga saya.

Semangat ya anak tengah!

Aku anak tengah, Kalaupun anak tengah itu sering dijepit di antara kakak dan adik, dan mungkin ada beberapa juga. Tapi yang aku harus ingat, kadang juga kamu menjadi pemenang. Tapi dari semua itu, aku jadi belajar untuk lebih mandiri, sabar dan bisa menyelesaikan diri dengan berbagai situasi. jessie.....Meskipun terkadang merasa kurang diperhatikan, menjadi anak tengah membuatku tumbuh menjadi pribadi yang lebih fleksibel, mudah beradaptasi, dan menghargai kebersamaan dalam keluarga. akhirnya jadi ada kat

Semangat ya kakakku semua. Semoga segala cita-cita dan impianmu segera terwujud ya. Btw, belakunya juga anak tengah? Kalau iya, semangat ya kakak, kalau nggak ya nggak penting ya. Anak tengah memang nggak pernah menang dalam pertandingan, tapi yang menang dalam hidup adalah mereka yang mampu menghadapi kekalahan dengan kepala tertegak. Terima kasih banyak ya kakakku semua, semoga kita semua bisa menjadi orang-orang yang sukses dan bahagia. Love you all!

Lampiran 6 Data Mentah (*Raw Data Responden*)

[illegible]

Lampiran 7 Hasil Uji Validitas

Skala resiliensi

Item Reliability Statistics		
	Item-rest correlation	If item dropped
		Cronbach's α
KPPD1	0.408	0.917
KPPD2	0.568	0.915
KPPD3	0.607	0.914
KPPD4	0.505	0.916
KPPD5	0.460	0.916
KPPD6	0.241	0.919
KPPMD1	0.535	0.915
KPPMD2	0.583	0.915
KPPMD3	0.513	0.916
KPPMD4	0.497	0.916
GHT1	0.395	0.917
GHT3	0.479	0.916
KS1	0.408	0.917
KS2	0.426	0.917
KS3	0.548	0.915
KS4	0.577	0.915
KS5	0.403	0.917
KS6	0.472	0.916
KK2	0.534	0.915
KK3	0.428	0.917
KK4	0.497	0.916
KK5	0.436	0.917

Skala Penyesuaian Sosial

Item Reliability Statistics		
		If item dropped
	Item-rest correlation	Cronbach's α
RI1	0.723	0.857
RI2	0.599	0.862
RI3	0.657	0.862
RI4	0.578	0.863
RI5	0.349	0.875
KTS1	0.605	0.862
KTS2	0.458	0.869
KPS1	0.625	0.861
KPS2	0.463	0.868
KPS3	0.700	0.858
ISOS1	0.471	0.868
ISOS2	0.502	0.867
ISOS3	0.480	0.868
PLTT1	0.326	0.874
PLTT2	0.463	0.868

Lampiran 8 Hasil Uji reliabilitas

Skala Resiliensi

Reliability Analysis

Scale Reliability Statistics

	SD	Cronbach's α
scale	0.547	0.918

[43]

Skala Penyesuaian Sosial

Reliability Analysis

Scale Reliability Statistics

	SD	Cronbach's α
scale	0.628	0.874

[4]

Lampiran 9 Hasil Uji Asumsi Klasik

Uji Normalitas

Assumption Checks

Normality Tests

	Statistic	p
Shapiro-Wilk	0.987	.157
Kolmogorov-Smirnov	0.0425	.945
Anderson-Darling	0.301	.575

Note. Additional results provided by moretests

Heteroskedasticity Tests

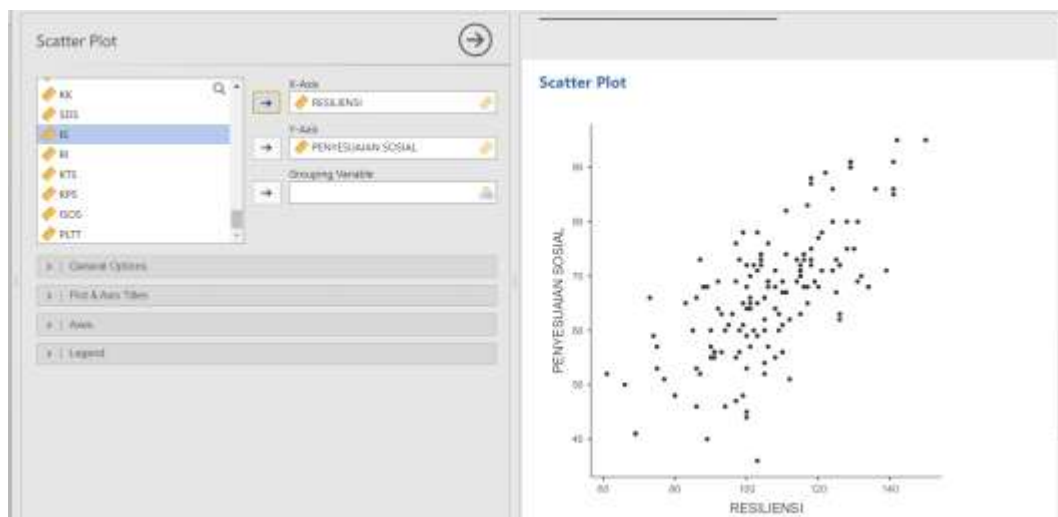
	Statistic	p
Breusch-Pagan	3.11e-4	.986
Goldfeld-Quandt	0.750	.892
Hamson-McCabe	0.569	.900

Note. Additional results provided by moretests

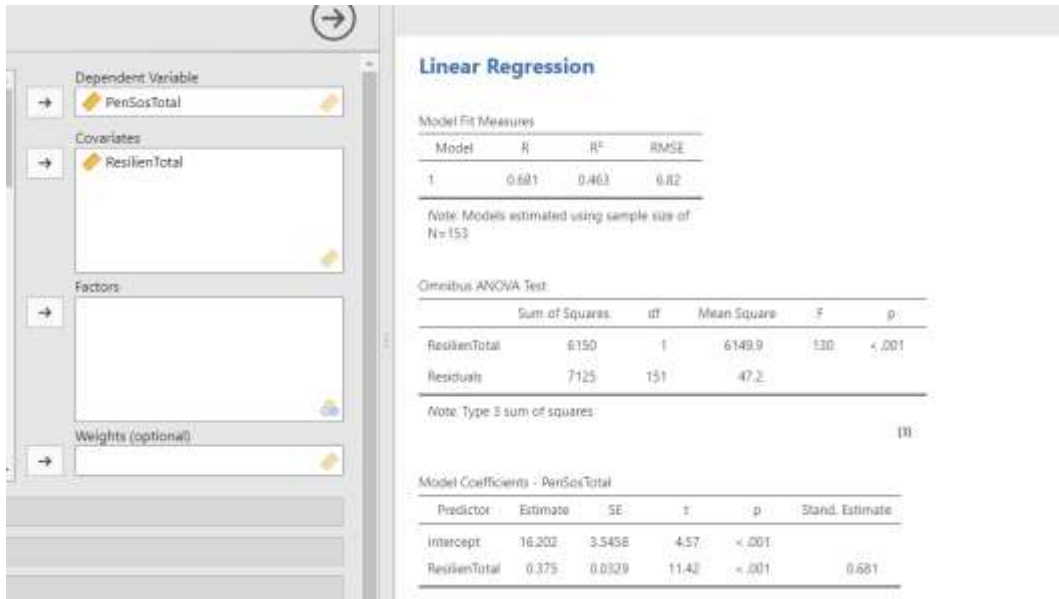
Uji Linearitas

ANOVA Table			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
PS * Resiliensi	Between Groups	(Combined)	13883.608	57	243.572	4.567	.000
		Linearity	8422.894	1	8422.894	157.945	.000
		Deviation from Linearity	5460.714	56	97.513	1.829	.005
Within Groups			5066.157	95	53.328		
Total			18949.765	152			

Scatter plots



Lampiran 10 Hasil Uji Hipotesis



The image shows the SPSS Linear Regression dialog box and the resulting output. In the dialog box, 'PenSocTotal' is the dependent variable and 'ResilienTotal' is the covariate. The output displays the following statistics:

Linear Regression

Model Fit Measures

Model	R	R ²	RMSE
1	0.681	0.463	0.82

Note: Models estimated using sample size of N=153

Omnibus ANOVA Test

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	p
ResilienTotal	6150	1	6149.9	130	< .001
Residuals	7125	151	47.2		

Note: Type 3 sum of squares

Model Coefficients - PenSocTotal

Predictor	Estimate	SE	t	p	Stand. Estimate
Intercept	16.202	3.5458	4.57	< .001	
ResilienTotal	0.375	0.0329	11.42	< .001	0.681