

PROFIL RESILIENSI AKADEMIK BERDASARKAN JENIS KELAMIN PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN

Setyani Alfinuha^{1*}
¹Psynergy Indonesia

Article Info

Article History

Submitted: 11th June
2025

Final Revised: 27th
August 2025

Accepted: 28th
August 2025

Abstract

Background: Vocational High School students face a dual burden of academic demands and practical skills oriented toward the world of work. Such pressures often lead to academic stress, anxiety, and decreased learning motivation. Academic resilience becomes an important aspect that enables students to endure, adapt, and recover from learning challenges. **Objective:** The aim of the study is determining the level of academic resilience of students at SMK X and to test differences in academic resilience based on gender. Academic resilience is the ability of students to survive, adapt, and bounce back from pressure or obstacles in the context of learning. **Method:** This study uses a descriptive quantitative approach and a different test with an instrument in the form of an academic resilience scale. The sampling technique used is a population sample where the entire population becomes participants in this study. The number of research participants is 371 SMK X students. **Result:** The results of the analysis show that most students have a relatively low level of academic resilience. This indicates that many students do not have adequate resilience in facing academic challenges in the school environment. In addition, the difference test shows that there is no significant difference between the academic resilience of male and female students. This finding indicates that gender factors do not significantly affect the level of academic resilience. **Conclusion:** Based on these results, it is recommended that schools develop psychological programs or interventions that can improve students' academic resilience without distinguishing between genders.

Keywords: Academic resilience, vocational student, gender differences

Abstrak

Latar Belakang: Siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) menghadapi beban ganda berupa tuntutan akademik dan keterampilan praktis yang berorientasi pada dunia kerja. Tekanan tersebut sering kali menimbulkan stres akademik, kecemasan hingga penurunan motivasi belajar. Resiliensi akademik menjadi aspek penting yang memungkinkan siswa untuk bertahan, beradaptasi, dan bangkit kembali dari hambatan pembelajaran. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat resiliensi akademik siswa di SMK X serta menguji perbedaan resiliensi akademik berdasarkan jenis kelamin. Resiliensi akademik merupakan kemampuan siswa untuk bertahan, beradaptasi, dan bangkit kembali dari tekanan atau hambatan dalam konteks pembelajaran. **Metode:** Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dan uji beda dengan instrumen berupa skala resiliensi akademik. Teknik sampling yang digunakan yaitu sampel populasi di mana seluruh populasi menjadi partisipan penelitian ini. Jumlah partisipan penelitian yaitu sebanyak 371 siswa SMK X. **Hasil:** Hasil analisis menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki tingkat resiliensi akademik yang tergolong rendah. Hal ini mengindikasikan bahwa banyak siswa yang belum memiliki ketahanan yang memadai dalam menghadapi tantangan akademik di lingkungan sekolah. Selain itu, uji beda



This is an open access article
under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) license

Copyright © 2025 by Author,
Published by Universitas
Muhammadiyah Gresik

menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara resiliensi akademik siswa laki-laki dan perempuan. Temuan ini menunjukkan bahwa faktor jenis kelamin tidak memengaruhi tingkat resiliensi akademik secara signifikan. **Kesimpulan:** Berdasarkan hasil tersebut, disarankan agar sekolah mengembangkan program atau intervensi psikologis yang dapat meningkatkan resiliensi akademik siswa secara menyeluruh tanpa membedakan jenis kelamin.

Kata kunci: Resiliensi akademik, siswa SMK, perbedaan gender

*e-mail : setyanialfinuha@gmail.com

Psynergy Indonesia

Griya Pakunden, Kota Kediri, Jawa Timur, 64132

PENDAHULUAN

Siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) di Indonesia menghadapi tantangan yang kompleks dalam proses pendidikannya. Sebagai lembaga pendidikan yang berorientasi pada penyiapan tenaga kerja terampil, SMK memiliki beban kurikulum yang berbeda dari Sekolah Menengah Atas (SMA) yakni kombinasi antara mata pelajaran umum dan kejuruan yang berbasis praktik. Siswa dituntut untuk menguasai kompetensi akademik sekaligus keterampilan teknis dalam waktu yang relatif singkat (Sa'adah dkk., 2022). Siswa SMK juga dihadapkan pada tekanan untuk segera bekerja setelah lulus, sering kali tanpa banyak kesempatan untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi. Tekanan ini dapat berdampak pada kondisi psikologis dan motivasi belajar siswa (Zhulaicha, 2024).

Kombinasi antara beban akademik dan tuntutan keterampilan kerja pada siswa SMK juga dapat memicu tekanan yang kompleks, terlebih ketika siswa masih berada dalam fase transisi perkembangan remaja yang secara psikologis rentan terhadap stres. Berbagai studi menunjukkan bahwa siswa SMK lebih rentan mengalami stres akademik (Yuliani & Soeharto, 2024; Mahbengi dkk., 2023; Irmayanti dkk., 2022). Hal ini dipicu oleh beban kurikulum yang padat, intensitas kegiatan praktik kejuruan yang menuntut ketekunan dan stamina tinggi serta tekanan dari lingkungan untuk segera siap kerja atau melanjutkan studi setelah lulus (Saripah dkk., 2023). Tidak jarang, siswa merasa terjebak dalam ekspektasi besar dari sekolah, orang tua, dan masyarakat, sementara diri merasa belum sepenuhnya memiliki kapasitas emosional dan keterampilan manajemen stres yang memadai (Yuliani & Soeharto, 2024).

Tekanan tersebut tidak jarang memunculkan kecemasan akademik, kelelahan mental bahkan penurunan motivasi belajar. Di sisi lain, siswa SMK juga harus beradaptasi dengan lingkungan belajar yang menuntut kedisiplinan, kecepatan beradaptasi, serta keuletan dalam menjalani pelatihan berbasis praktik. Oleh karena itu, resiliensi akademik bukan hanya sekadar kemampuan bertahan tetapi menjadi fondasi penting dalam pengembangan karakter, prestasi, dan kesiapan mental siswa SMK untuk menghadapi ketidakpastian masa depan. Tanpa resiliensi yang memadai, siswa berisiko mengalami kemunduran akademik bahkan putus sekolah (Okvella & Setyandari, 2022).

Berbagai tekanan menuntut siswa untuk memiliki kapasitas bertahan dan bangkit dari berbagai tantangan, baik dalam hal akademik maupun non-akademik. Pada kondisi ini, konsep resiliensi akademik menjadi relevan. Resiliensi akademik merujuk pada kemampuan individu untuk beradaptasi secara positif dan tetap menunjukkan kinerja akademik yang baik meskipun menghadapi hambatan dan tekanan. Resiliensi akademik juga didefinisikan sebagai kemampuan siswa untuk tetap bertahan, pulih, dan berkembang secara positif dalam menghadapi tekanan, kegagalan, dan tantangan dalam konteks pembelajaran. (Cahyani dkk., 2024; Eva dkk., 2021; Hapsari dkk., 2021).

Di tengah kompleksitas dunia pendidikan vokasi, khususnya di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), resiliensi akademik menjadi kompetensi penting yang mendukung keberhasilan belajar dan kesiapan kerja. Siswa SMK dihadapkan pada beban ganda yakni pencapaian akademik dan penguasaan keterampilan praktis yang langsung berorientasi pada dunia kerja. Tekanan ini semakin kompleks dengan ekspektasi dari keluarga dan masyarakat agar lulusan SMK segera mandiri secara ekonomi. Siswa yang memiliki resiliensi akademik yang tinggi cenderung mampu mempertahankan semangat belajar dan menyelesaikan pendidikan meskipun dalam kondisi sulit (Okvellia & Setyandari, 2022).

Penelitian mengenai resiliensi akademik telah berkembang dalam dua dekade terakhir namun sebagian besar masih berfokus pada siswa di sekolah umum dan mahasiswa. Kajian yang secara khusus meneliti resiliensi akademik siswa SMK, terutama dalam konteks Indonesia masih sangat terbatas. Padahal karakteristik dan tantangan yang dihadapi siswa SMK cukup berbeda sehingga memerlukan pendekatan yang lebih kontekstual (Cahyani dkk., 2024; Purnama, 2019; Sembiring dkk., 2021). Selain itu, studi tentang perbedaan tingkat resiliensi berdasarkan faktor individual seperti jenis kelamin juga belum banyak dilakukan di lingkungan pendidikan vokasi. Padahal faktor gender dapat memengaruhi cara siswa dalam memproses tekanan dan membentuk strategi adaptasi yang berbeda (Oktavianti dkk., 2024; Latif & Amirullah, 2020; Dewi dkk., 2023).

Hasil-hasil penelitian sebelumnya mengenai keterkaitan antara jenis kelamin dan tingkat resiliensi akademik menunjukkan temuan yang tidak konsisten. Beberapa studi melaporkan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara siswa laki-laki dan perempuan dalam hal resiliensi akademik (Nurfauziah & Fitriani, 2019; Oktasari & Wahyudin, 2021). Misalnya, penelitian Nurfauziah dan Fitriani (2019) menunjukkan bahwa siswa perempuan memiliki tingkat resiliensi akademik yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki yang dikaitkan dengan kecenderungan perempuan dalam menggunakan kemampuan dalam mencari bantuan dan dukungan sosial.

Di sisi lain, beberapa penelitian justru menemukan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara laki-laki dan Perempuan dalam kemampuan resiliensi akademik (Oktavianti dkk., 2024; Marretih dkk., 2022; Dewi dkk., 2023). Hasil serupa juga ditemukan dalam studi oleh Latif dan Amirullah (2020) dalam penelitiannya menyatakan bahwa variasi resiliensi akademik lebih dipengaruhi oleh faktor individual dan kontekstual daripada faktor jenis kelamin. Ketidakkonsistenan ini mengindikasikan bahwa hubungan antara gender dan resiliensi akademik masih perlu diteliti lebih lanjut, khususnya dalam konteks pendidikan vokasi yang memiliki karakteristik tekanan dan tantangan yang berbeda dari pendidikan umum.

Penelitian ini bertujuan untuk melakukan kajian perbedaan tingkat resiliensi akademik antara siswa laki-laki dan perempuan di salah satu SMK. Fokus pada siswa SMK menjadi penting karena lingkungan belajar yang unik dan penuh tekanan serta belum banyak diteliti secara spesifik dalam literatur akademik. Selain memberikan kontribusi pada pengembangan teori resiliensi akademik dalam konteks pendidikan vokasi, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar intervensi psikologis yang lebih sensitif terhadap kebutuhan gender dalam pendidikan menengah kejuruan.

Penelitian ini menggunakan kerangka konseptual dari Martin dan Marsh (2006) yang mendefinisikan resiliensi akademik sebagai kapasitas siswa untuk mengatasi hambatan belajar, mempertahankan keterlibatan dan tetap berprestasi dalam situasi yang penuh tekanan. Model ini mencakup aspek kontrol diri, motivasi, harapan positif, dan keterlibatan dalam pembelajaran. Relevansi model ini dalam konteks SMK sangat tinggi karena siswa tidak hanya dituntut untuk

bertahan secara akademik tetapi juga harus mampu menyelesaikan tugas-tugas praktik di bawah tekanan waktu dan standar industri yang ketat.

Pendekatan Martin dan Marsh (2006) juga memungkinkan pengukuran resiliensi secara terstruktur dan kuantitatif sehingga memadai untuk melakukan perbandingan antar kelompok. Konsep resiliensi akademik oleh (Martin & Marsh, 2006) mencakup kepercayaan diri (efikasi diri), koordinasi (perencanaan), kontrol, ketenangan (kecemasan rendah), dan komitmen (ketekunan). Teori ini relevan karena menggabungkan faktor-faktor psikologis yang memengaruhi kemampuan siswa dalam menghadapi tekanan akademik. Selain itu, model ini memberikan instrumen yang memungkinkan pengukuran kuantitatif yang akurat dan dapat dibandingkan antar kelompok seperti perbedaan berdasarkan jenis kelamin. Pendekatan ini juga telah digunakan secara luas dalam penelitian lintas budaya yang memperkuat validitas dan keandalannya sebagai kerangka teoritik dalam menjawab masalah penelitian (Martin & Marsh, 2006; Cui dkk., 2023; Julaihah dkk., 2024). Dengan demikian, teori ini dipandang sesuai dan kuat untuk mengkaji resiliensi akademik dalam lingkungan SMK.

Urgensi penelitian ini terletak pada kebutuhan untuk memahami dan menguatkan ketahanan psikologis siswa SMK dalam menghadapi tekanan pendidikan dan dunia kerja. Terlebih pada situasi pasca-pandemi yang masih meninggalkan dampak psikososial serta tantangan belajar di SMK semakin kompleks. Apabila perbedaan gender dalam resiliensi akademik dapat dipetakan secara akurat maka sekolah dapat menyusun strategi pembinaan yang lebih personal, efektif, dan berbasis bukti. Hal ini penting guna mencegah kegagalan belajar, menurunkan angka putus sekolah serta membangun kesiapan mental siswa menghadapi masa transisi menuju dunia kerja.

Berdasarkan latar belakang dan tinjauan pustaka yang telah dikemukakan, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat resiliensi akademik siswa Sekolah Menengah Kejuruan ditinjau dari jenis kelamin. Penelitian ini bertujuan untuk menjawab rumusan tersebut secara empiris. Adapun hipotesis yang diajukan adalah terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat resiliensi akademik siswa laki-laki dan perempuan di SMK X. Dengan mengidentifikasi pola perbedaan tersebut, diharapkan kontribusi teoritis dan praktis dari penelitian ini dapat memperkaya kebijakan dan praktik pendidikan vokasi berbasis pendekatan psikologis yang lebih adaptif.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain komparatif. Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk mengukur perbedaan tingkat resiliensi akademik antara siswa laki-laki dan siswa perempuan di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) X. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk menguji perbedaan antara dua kelompok independen berdasarkan data numerik yang diperoleh dari instrumen terstandar.

Sampel dan Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMK X yang berjumlah 371 orang. Penelitian ini menggunakan teknik sampel populasi yaitu seluruh anggota populasi dijadikan sebagai sampel penelitian. Penggunaan seluruh populasi sebagai sampel bertujuan untuk memperoleh hasil yang representatif dan menghindari kesalahan inferensial serta meningkatkan kekuatan analisis statistik.

Teknik Pengumpulan Data

Instrumen yang digunakan untuk mengukur resiliensi akademik adalah *Academic Resilience Scale* yang dikembangkan oleh Martin & Marsh (2006). Skala ini terdiri atas enam item yang bersifat unidimensional yang dirancang untuk mengukur kemampuan siswa dalam mempertahankan keterlibatan akademik dan kinerja positif meskipun menghadapi hambatan dan tekanan dalam proses belajar. Respons peserta diberikan menggunakan skala *likert* yang terdiri dari tujuh pilihan jawaban dengan rentang mulai dari 1 (sangat tidak setuju) sampai 7 (sangat setuju). Skala ini telah digunakan secara luas dan terbukti memiliki validitas konstruk yang kuat dalam berbagai konteks pendidikan (Julaihah dkk., 2024; Martin & Marsh, 2006; Cui dkk., 2023).

Sebelum dilakukan analisis utama, instrumen ini terlebih dahulu diuji validitas dan reliabilitasnya dalam konteks populasi penelitian. Validitas item dinilai melalui korelasi item-total *Pearson's Correlations* sementara reliabilitas diukur menggunakan koefisien *Cronbach's Alpha*. Hasil uji menunjukkan bahwa semua item memiliki korelasi signifikan ($< 0,05$) dan koefisien reliabilitas berada pada kategori tinggi (skor koefisien *Cronbach's Alpha* = 0,973) sehingga instrumen dinyatakan layak digunakan untuk mengukur resiliensi akademik siswa SMK.

Teknik Analisis Data

Data yang terkumpul dianalisis menggunakan dua teknik statistik yaitu analisis deskriptif dan analisis komparatif. Analisis deskriptif digunakan untuk memperoleh gambaran umum tingkat resiliensi akademik siswa secara keseluruhan dan berdasarkan jenis kelamin. Selanjutnya, analisis komparatif dilakukan untuk menguji hipotesis mengenai perbedaan tingkat resiliensi akademik antara siswa laki-laki dan perempuan. Uji statistik yang digunakan adalah *Independent Samples T-Test* yang sesuai untuk membandingkan dua kelompok independen. Seluruh analisis data dilakukan dengan menggunakan perangkat lunak *Jeffreys's Amazing Statistics Program (JASP) for Windows* versi 0.19.3. Pengujian signifikansi dilakukan pada taraf kesalahan 5% ($\alpha = 0,05$). Hasil dari uji ini menjadi dasar dalam menarik kesimpulan mengenai ada atau tidaknya perbedaan tingkat resiliensi akademik antara siswa berdasarkan jenis kelamin.

HASIL

Bagian ini menyajikan hasil analisis deskriptif yang mencakup distribusi partisipan penelitian serta distribusi kategori resiliensi akademik. Selain itu, dipaparkan pula hasil uji asumsi yang terdiri atas uji normalitas dan uji homogenitas. Uji beda juga disajikan dalam bagian ini untuk melihat perbedaan kategori resiliensi akademik antar kelompok partisipan.

Tabel 1. Deskripsi sebaran partisipan penelitian

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase	Mean
Laki-laki	184	49,6%	24,67
Perempuan	187	50,4%	25,44
Total	371	100%	

Tabel 1 menyajikan sebaran partisipan penelitian berdasarkan jenis kelamin. Jumlah partisipan sebanyak 371 orang yang terdiri dari perempuan sebanyak 187 orang dan laki-laki sebanyak 184 orang. Persentase partisipan perempuan adalah 50,4% sedangkan laki-laki sebesar 49,6%. Selain itu, tabel 1 memuat nilai rata-rata (*mean*) yang menggambarkan distribusi partisipan

secara umum. Nilai rata-rata skor resiliensi akademik dari partisipan laki-laki sebesar 24,67 sedangkan nilai rata-rata skor resiliensi akademik partisipan perempuan sebesar 25,44. Hal ini menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai mean partisipan laki-laki dan perempuan. Informasi ini berguna untuk memahami komposisi demografis partisipan yang menjadi partisipan dalam penelitian ini.

Tabel 2. Deskripsi sebaran kategori resiliensi akademik partisipan

Kategori	Frekuensi	Persentase	Mean
Rendah	176	47,44%	20,193
Sedang	171	46,09%	28,404
Tinggi	24	6,47%	36,958
Total	371	100%	

Tabel 2 menunjukkan sebaran partisipan berdasarkan kategori resiliensi akademik yang terdiri atas tiga kategori yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Sebagian besar partisipan berada pada kategori rendah dengan jumlah 176 orang (47,44%) dan nilai rata-rata sebesar 20,193. Sebanyak 171 orang (46,09%) termasuk dalam kategori sedang dengan nilai rata-rata 28,404. Sementara itu, hanya 24 orang (6,47%) yang berada dalam kategori tinggi dengan nilai rata-rata 36,958. Jumlah keseluruhan partisipan adalah 371 orang. Data ini menunjukkan bahwa mayoritas partisipan memiliki tingkat resiliensi akademik yang tergolong rendah hingga sedang.

Uji Asumsi

Bagian ini menyajikan hasil uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas dan uji homogenitas. Uji normalitas dilakukan menggunakan uji *Shapiro-Wilk* sedangkan uji homogenitas varians dilakukan dengan menggunakan uji *Levene*. Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui normal atau tidaknya distribusi data penelitian. Sedangkan uji homogenitas bertujuan untuk mengetahui homogen atau tidaknya varians antar kelompok data penelitian. Berikut merupakan hasil uji normalitas dan homogenitas pada penelitian ini.

Tabel 3. Hasil uji normalitas

Variabel	W	p	Keterangan
Resiliensi akademik	0,996	0,480	Normal

Tabel 3 menunjukkan hasil uji normalitas menggunakan *Shapiro-Wilk* diperoleh nilai signifikansi (p) sebesar 0,480. Karena nilai p lebih besar dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Dengan demikian, asumsi normalitas pada variabel resiliensi akademik terpenuhi.

Tabel 4. Hasil uji homogenitas

Variabel	F	p	Keterangan
Resiliensi akademik	2,368	0,125	Homogen

Tabel 4 menunjukkan hasil uji homogenitas menggunakan uji *Levene* diperoleh nilai signifikansi (p) sebesar 0,125. Karena nilai tersebut lebih besar dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa data memiliki varians yang homogen. Dengan demikian, asumsi homogenitas pada variabel resiliensi akademik terpenuhi.

Uji Hipotesis

Bagian ini menyajikan hasil uji hipotesis menggunakan *Independent Samples T-Test*. Uji hipotesis ini bertujuan untuk melihat ada atau tidaknya perbedaan resiliensi akademik pada partisipan laki-laki dan perempuan.

Tabel 5. Hasil uji hipotesis

Variabel	t	df	p
Resiliensi akademik	-1,260	369	0,208

Tabel 5 menunjukkan hasil uji hipotesis menggunakan *Independent Samples T-Test*. Berdasarkan uji hipotesis yang dilakukan, didapatkan nilai signifikansi (p) sebesar 0,208. Karena nilai p lebih besar dari 0,05 maka dapat diartikan bawah H₀ diterima dan H_a ditolak. Artinya, tidak ada perbedaan tingkat resiliensi akademik pada partisipan penelitian.

PEMBAHASAN

Resiliensi akademik dipahami sebagai kemampuan peserta didik untuk merespons, beradaptasi, dan tetap bertahan dalam situasi sulit (Hapsari dkk., 2021). Resiliensi akademik dianggap sebagai sumber daya pribadi yang penting untuk meningkatkan kinerja akademis siswa (Cahyani dkk., 2024; Eva dkk., 2021; Hapsari dkk., 2021). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa di SMK X memiliki tingkat resiliensi akademik pada kategori rendah (47,44%) dan sedang (46,09%) sementara hanya 6,47% siswa yang berada pada kategori tinggi. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa belum memiliki kapasitas yang optimal dalam menghadapi tantangan akademik secara adaptif.

Padahal resiliensi akademik merupakan kompetensi penting bagi siswa SMK yang dihadapkan pada beban pembelajaran ganda yaitu teori di kelas dan praktik kejuruan di lapangan. Ketahanan dalam menghadapi tekanan akademik dan kemampuan untuk mempertahankan motivasi sangat menentukan keberhasilan pendidikan vokasional (Yuliani & Soeharto, 2024; Mahbengi dkk., 2023; Irmayanti dkk., 2022). Sebaliknya, resiliensi akademik yang terbatas dapat memicu ketidakmampuan untuk mengatasi tekanan atau memulihkan diri dari kegagalan kerap berujung pada stres berlebih, penurunan prestasi akademik, meningkatnya ketidakhadiran dan bahkan risiko putus sekolah (Agustina, 2025; Febby & Riski, 2025).

Hasil analisis uji beda menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan antara tingkat resiliensi akademik siswa laki-laki dan perempuan. Temuan ini menantang asumsi umum yang mengaitkan perbedaan gender dengan variasi dalam kemampuan menghadapi tekanan akademik. Pada studi sebelumnya ditemukan bahwa terdapat perbedaan mekanisme coping antara laki-laki dan perempuan yang berpotensi memengaruhi tingkat resiliensi (Nurfauziah & Fitriani, 2019; Oktasari & Wahyudin, 2021). Namun demikian, dalam konteks pendidikan vokasional seperti SMK, kesamaan lingkungan belajar dan tantangan yang dihadapi siswa laki-laki dan perempuan cenderung menyeragamkan respons adaptif siswa terhadap tekanan akademik. Hasil penelitian ini mendukung beberapa penelitian sebelumnya yang menjelaskan bahwa tidak ada perbedaan tingkat resiliensi akademik pada laki-laki dan perempuan (Oktavianti dkk., 2024; Marretih dkk., 2022; Dewi dkk., 2023). Latif dan Amirullah (2020) dalam penelitiannya menyatakan bahwa variasi resiliensi akademik lebih dipengaruhi oleh faktor individual dan kontekstual daripada faktor jenis kelamin.

Faktor lain seperti faktor kontekstual seperti struktur kurikulum, ekspektasi industri, tekanan untuk lulus uji kompetensi serta keterbatasan sumber daya pendidikan dapat menciptakan medan yang sama bagi seluruh siswa tanpa memandang gender (Sa'adah dkk., 2022). Dalam kondisi tersebut, faktor-faktor psikososial seperti dukungan sosial, efikasi diri, regulasi emosi dan hubungan dengan guru menjadi lebih berperan dalam memediasi resiliensi akademik dibandingkan faktor biologis seperti jenis kelamin (Martin & Marsh, 2006). Hal ini menguatkan argumen bahwa resiliensi akademik lebih bersifat situasional dan dinamis.

Lebih lanjut, temuan ini konsisten dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa dalam konteks pendidikan kejuruan, faktor-faktor motivasional dan strategi pembelajaran memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap ketahanan akademik dibandingkan variabel demografis (Aji dkk., 2024; Fauziah, 2023; Utami & Hudaniah, 2013). Dengan demikian, pendekatan intervensi yang bertujuan untuk meningkatkan resiliensi akademik sebaiknya tidak berbasis gender melainkan berfokus pada pengembangan kapasitas individual melalui pelatihan keterampilan belajar dan pengelolaan stres akademik (Cahyani dkk., 2024; Sari & Munawaroh, 2022; Azzahra dkk., 2023; Aherne dkk., 2016; Adelian dkk., 2021).

Resiliensi akademik pada dasarnya merupakan proses yang dapat dikembangkan melalui pengalaman belajar dan intervensi yang tepat (Ononye dkk., 2022). Oleh karena itu, rendahnya tingkat resiliensi akademik pada sebagian besar siswa SMK X menjadi indikasi bahwa sistem pembelajaran yang diterapkan belum sepenuhnya mampu membentuk daya lenting akademik yang dibutuhkan siswa dalam menghadapi tantangan pembelajaran vokasional. Dalam kerangka teoritik, temuan ini memberikan implikasi bahwa model-model resiliensi akademik yang selama ini dikembangkan dalam konteks pendidikan umum perlu dimodifikasi untuk disesuaikan dengan karakteristik pendidikan vokasional. Siswa SMK tidak hanya dituntut untuk memahami teori tetapi juga harus mampu mengimplementasikan keterampilan teknis secara praktis di dunia kerja. Oleh sebab itu, model resiliensi akademik dalam konteks SMK perlu mengintegrasikan aspek-aspek kompetensi vokasional fleksibilitas adaptif serta kesiapan menghadapi dunia kerja.

Implikasi praktis dari hasil ini menunjukkan bahwa pengembangan program intervensi resiliensi akademik harus dilakukan secara sistematis dengan melibatkan guru, konselor, dan pengelola sekolah (Sari & Munawaroh, 2022; Azzahra dkk., 2023; Aherne dkk., 2016; Adelian dkk., 2021). Melihat pentingnya penguatan resiliensi akademik sebagai salah satu fondasi keberhasilan siswa dalam menghadapi tantangan pendidikan, diperlukan intervensi yang tidak hanya bersifat kuratif ketika masalah telah muncul tetapi juga bersifat preventif dan promotif guna membekali siswa dengan keterampilan psikologis yang adaptif sejak dini. Salah satu pendekatan yang telah terbukti efektif dalam mendukung ketahanan psikologis adalah terapi pengurangan stres berbasis *mindfulness* atau Pengurangan Stres Berbasis *Mindfulness* (PSBM). Pendekatan ini dikembangkan oleh Jon Kabat-Zinn dan berfokus pada pelatihan kesadaran penuh terhadap pengalaman saat ini, baik berupa pikiran, emosi, maupun sensasi tubuh, dengan sikap menerima dan tidak menghakimi (Cahyani dkk., 2024; Sari & Munawaroh, 2022; Azzahra dkk., 2023; Aherne dkk., 2016; Adelian dkk., 2021). Selain itu, terapi pengurangan stres berbasis *mindfulness* juga dapat memberikan dukungan psikologis yang merata bagi siswa tanpa perlu membedakan berdasarkan gender.

Dari sisi kebijakan pendidikan, temuan ini dapat menjadi dasar bagi perumusan kebijakan peningkatan kualitas pendidikan vokasional yang lebih holistik. Penguatan kurikulum, penyediaan layanan konseling yang responsif serta penciptaan iklim sekolah yang suportif merupakan faktor-faktor penting yang mendukung pengembangan resiliensi akademik siswa. Sekolah kejuruan harus

menjadi lingkungan belajar yang tidak hanya menekankan keterampilan teknis tetapi juga memperhatikan kebutuhan psikologis peserta didik.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa resiliensi akademik merupakan kompetensi penting yang perlu dikembangkan secara setara pada seluruh siswa SMK, baik laki-laki maupun perempuan. Tingkat resiliensi akademik yang masih dominan pada kategori rendah dan sedang menunjukkan perlunya strategi intervensi yang terencana dan berkelanjutan. Resiliensi akademik yang kuat akan menunjang keberhasilan siswa dalam menyelesaikan pendidikan vokasional dan menghadapi tantangan dunia kerja di masa depan. Oleh sebab itu, pengembangan resiliensi akademik seharusnya menjadi prioritas dalam sistem pendidikan kejuruan nasional.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa tingkat resiliensi akademik sebagian besar siswa di SMK X berada pada kategori rendah. Kondisi ini menunjukkan bahwa kemampuan siswa dalam menghadapi tekanan akademik, beradaptasi terhadap tantangan pembelajaran serta mempertahankan motivasi belajar masih belum optimal. Temuan ini mengindikasikan perlunya upaya peningkatan resiliensi akademik melalui intervensi psikologis atau pendekatan pendidikan yang relevan agar siswa dapat lebih tangguh dalam menghadapi berbagai hambatan dalam proses belajar.

Selain itu, hasil analisis data menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan dalam tingkat resiliensi akademik antara siswa laki-laki dan perempuan. Dengan demikian, penguatan resiliensi akademik dapat dirancang secara umum tanpa perlu pembedaan berdasarkan jenis kelamin. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengkaji faktor-faktor yang memengaruhi rendahnya resiliensi akademik pada siswa SMK serta mengembangkan dan menguji efektivitas program intervensi berbasis sekolah yang bertujuan meningkatkan ketahanan akademik secara menyeluruh.

DAFTAR PUSTAKA

- Adelian, H., Khodabandeh Shahraki, S., Miri, S., & Farokhzadian, J. (2021). The effect of mindfulness-based stress reduction on resilience of vulnerable women at drop-in centers in the southeast of Iran. *BMC Women's Health*, 21(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12905-021-01390-6>
- Agustina, R. O. L. (2025). Hubungan Resiliensi dengan Stres Akademik pada Mahasiswa yang Bekerja Paruh Waktu. *PAEDAGOGY: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi*, 4(4), 1–23.
- Aherne, D., Farrant, K., Hickey, L., Hickey, E., McGrath, L., & McGrath, D. (2016). Mindfulness based stress reduction for medical students: Optimising student satisfaction and engagement. *BMC Medical Education*, 16(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12909-016-0728-8>
- Aji, D. A. P., Sartitinah, E. P., & Purwoko, B. (2024). Hubungan Self Efficacy dengan Motivasi Berprestasi Siswa Menengah Kejuruan. *Al-Isyraq: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Dan Konseling Islam*, 7(2), 465–474.
- Azzahra, S. F., Victoriana, E., & Megarini, M. Y. (2023). Mindfulness Based Stress Reduction (MBSR) Terhadap Penurunan Burnout Pada Perawat. *JIP (Jurnal Intervensi Psikologi)*, 15(1). <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol15.iss1.art6>

- Cahyani, L., Wahyuni, E., & Marjo, H. K. (2024). The Effectiveness of Mindfulness-based Stress Reduction (MBSR) to Increase the Academic Resilience of New Class X High School Students: Literature Review. *BICC Proceeding Bukittinggi International Counseling Conference*. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30983/bicc>
- Cui, T., Wang, C., & Xu, J. (2023). Validation of Academic Resilience Scales Adapted in a Collective Culture. *Frontiers in Psychology*, 14(March). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1114285>
- Dewi, F., Noviana, E., & Syahrilfuddin. (2023). Analisis Tingkat Resiliensi Akademik Berbasis Gender Siswa Kelas V Sekolah Dasar Di Pekanbaru. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 5(2), 1472–1480.
- Eva, N., Parameitha, D. D., Farah, F. A. M., & Nurfitriana, F. (2021). Academic Resilience and Subjective Well-Being amongst College Students using Online Learning during the COVID-19 Pandemic. *KnE Social Sciences*, 2020, 202–214. <https://doi.org/10.18502/kss.v4i15.8206>
- Fauziah, N. (2023). Pilihan Studi Lanjut Siswa Smk: Antara Motivasi Dan Minat. *KYBERNAN: Jurnal Ilmiah Ilmu Pemerintahan*, 15(2), 35–44. <https://doi.org/10.33558/kybernan.v15i2.8085>
- Febby, S., & Riski, E. (2025). Hubungan Resiliensi Akademik dengan Stres Akademik Mahasiswa Akhir di Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. 8(1), 205–214.
- Hapsari, A. D., Rahmawati, H., Puspitasari, D. N., & Suhanti, I. Y. (2021). Academic Resilience of “Bidik Misi” Grantee Students in Malang During Pandemic Covid-19. *KnE Social Sciences*, 2020(2), 393–398. <https://doi.org/10.18502/kss.v4i15.8228>
- Irmayanti, R., Fatimah, S., & Rayaginansih, S. F. (2022). Stres akademik siswa SMK Negeri Se-kota Cimahi. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6(1), 82–86. <https://doi.org/10.26539/teraputik.61907>
- Julaihah, U., Laily, I., Achmad, R., Sasi, W., & Zahro, N. (2024). *Academic Resilience among Undergraduate Students : The Analysis of Psycho-Social and Religious Aspects*. 128–136.
- Latif, S., & Amirullah, M. (2020). Students’ Academic Resilience Profiles based on Gender and Cohort. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 5(4), 175–182. <https://doi.org/10.17977/um001v5i42020p175>
- Mahbengi, P. A., Nurhasanah, & Nurbaity. (2023). Tingkat Stres Akademik Pada Siswa SMKN di Banda Aceh. *Jurnal Al-Taujih*, 9(2), 87–95. <https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/attaujih/>
- Marreth, A. K. E., Ikhwanisifa, Susanti, R., & Ramadhani, L. (2022). Gambaran Resilensi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Masa Pandemi Covid-19 Keyword : academic resilience , final year students , gender , thesis Pendahuluan Pandemi covid-19 merupakan hal yang paling sering dibicarakan ol. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 3(3), 140–153.
- Martin, A. J., & Marsh, H. W. (2006). Academic Resilience and its Psychological and Educational Correlates: A Construct Validity Approach. *Psychology in the Schools*, 43(3), 267–281. <https://doi.org/10.1002/pits.20149>
- Nurfauziah, P., & Fitriani, N. F. (2019). Gender Dan Resiliensi Matematis Siswa Smp Dalam Pembelajaran Scientific Berbantuan Vba Excel. *Symmetry: Pasundan Journal of Research in*

Mathematics Learning and Education, 4, 28–37. <https://doi.org/10.23969/symmetry.v4i1.1633>

- Oktasari, M., & Wahyudin, H. (2021). Uji Konstruk dan Pengukuran Resiliensi Berdasarkan Jenis Kelamin Menggunakan Analisis Pemodelan Rasch. *ENLIGHTEN (Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam)*, 4(1), 42–53. <https://doi.org/10.32505/enlighten.v4i1.2626>
- Oktavianti, A., Dartina, V., & Rachmaniar, A. (2024). Profil Resiliensi Akademik Berdasarkan Jenis Kelamin pada Mahasiswa yang Menyusun Skripsi. *Jurnal Dimamu*, 3(2), 134–141. <https://doi.org/10.32627/dimamu.v3i2.947>
- Okvella, C. T. H., & Setyandari, A. (2022). Solution: Jurnal of Counseling and Personal Development Resiliensi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Bimbingan dan Konseling Tahun Ajaran 2021/2022. *Jurnal of Counseling and Personal Development*, 4(2), 18–24.
- Ononye, U., Ogbeta, M., Ndudi, F., Bereprebofa, D., & Maduemezia, I. (2022). Academic resilience, emotional intelligence, and academic performance among undergraduate students. *Knowledge and Performance Management*, 6(1), 1–10. [https://doi.org/10.21511/kpm.06\(1\).2022.01](https://doi.org/10.21511/kpm.06(1).2022.01)
- Purnama, A. A. (2019). Self-Instruction Training untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa Sekolah Menengah Atas. *Prophetic : Professional, Empathy and Islamic Counseling Journal*, 2(1), 127. <https://doi.org/10.24235/prophetic.v2i1.4755>
- Sa'adah, F. R., Adityaningrum, S. S., Devanka, S. J., Shofi, A. A., D'azzuri, B. M., & Suryawati, C. T. (2022). Problematika Peserta Didik SMK Ditinjau Dari Bidang Pribadi/Sosial. *Ristekdik: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 7(1), 85–95.
- Sari, windi fatika, & Munawaroh, E. (2022). Pengaruh Mindfulness terhadap Resiliensi pada Siswa Remaja SMP. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Indonesia*, 7(2), 1–10. https://ejournal2.undiksha.ac.id/index.php/jurnal_bk/article/view/1210
- Saripah, I., Priliani, D. R., & Nadhirah, N. A. (2023). Indonesian Journal of Guidance and Counseling : Theory and Application Problematika Kematangan Karir Peserta Didik Sekolah Menengah Kejuruan : Implementasi Pada Layanan Bimbingan dan Konseling Karir. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 12(1), 95–118.
- Sembiring, M., Murwani, D., Pali, M., & Hitipeuw, I. (2021). Measurement Model Data of Academic Resilience for Students in Senior High School of Middle Seminary. *Data in Brief*, 34, 106669. <https://doi.org/10.1016/j.dib.2020.106669>
- Utami, Y. G. D., & Hudaniah. (2013). Self Efficacy dengan Kesiapan Kerja Siswa Sekolah Menengah Kejuruan. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 01(01), 40–52. www.bps.go.id,
- Yuliani, A., & Soeharto, T. N. E. D. (2024). Stres Akademik pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK): Peran Persepsi tentang Kehangatan Orang Tua. *Dinamika Psikologis: Jurnal Ilmiah Psikologis*, 1(1), 13–26. <https://doi.org/10.26486/jdp.v1i1.4016>
- Zhulaicha, T. P. (2024). Analisis Kesulitan Belajar Siswa SMK Kelas X Tata Busana pada Mata Pelajaran Dasar Desain. *Journal on Education*, 06(02), 12092–12098.