



LEBIH DARI SEKEDAR DISIPLIN : *CONSCIENTIOUSNESS* DAN RESILIENSI PADA MAHASISWA

Alda Varida¹, Amira Naila Rizqia², Rezzy Tikaso³, Nadya Maya Kamiliya Ramdan⁴,
Noura Salma Aisyadila⁵, Aisyah Nisrina Zahra⁶, Sri Maslihah^{7*}

¹⁾ alda.varida142@upi.edu, Fakultas Psikologi, Universitas Pendidikan
Indonesia

²⁾ amira.nailar04@upi.edu, Fakultas Psikologi, Universitas Pendidikan
Indonesia

³⁾ rezzytks@upi.edu, Fakultas Psikologi, Universitas Pendidikan Indonesia

⁴⁾ nadyamayakamiliya@upi.edu, Fakultas Psikologi, Universitas Pendidikan
Indonesia

⁵⁾ nourasalma1006@upi.edu, Fakultas Psikologi, Universitas Pendidikan
Indonesia

⁶⁾ aisyahnisrina@upi.edu, Fakultas Psikologi, Universitas Pendidikan Indonesia

^{*7)} maslihah_psi@upi.edu, Fakultas Psikologi, Universitas Pendidikan
Indonesia

Article Info:

Keywords:

conscientiousness
resilience
university students
Big Five personality
academic stress

Article History:

Received : 21 November 2025
Revised : 26 November 2025
Accepted : 28 November 2025

Article Doi:

[10.22441/merpsy.v17i2.37577](https://doi.org/10.22441/merpsy.v17i2.37577)

How to cite :

Abstract:

This study investigated the association between conscientiousness and resilience among Indonesian university students. Using a cross-sectional correlational design, data were collected from 307 students enrolled in public and private universities in Indonesia. Conscientiousness was measured using the International Personality Item Pool (IPIP) Conscientiousness Scale, and resilience was assessed using the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). Spearman correlation analysis revealed a significant positive association between conscientiousness and resilience ($r_s = .249$, $p < .01$). The findings indicate that students characterized by greater self-discipline, responsibility, and goal orientation tend to exhibit higher levels of resilience. Although the association was modest in magnitude, the results support personality-based models of resilience and suggest that conscientiousness represents one of multiple factors contributing to adaptive functioning in emerging adulthood. Interventions aimed at strengthening self-regulatory capacities may therefore complement resilience-building efforts within higher education settings. Longitudinal studies are needed to examine causal pathways and identify additional determinants of resilience among university students.

Varida, A., Rizqia, A.N., Tikaso, R., Ramdan, N.M.K., Aisyadila, N.S., Zahra, A. N., & Maslihah, S. (2025). Lebih dari sekedar disiplin : Conscientiousness dan resiliensi pada mahasiswa. *Merpsy Journal*. 17(2), 223-238. DOI: [10.22441/merpsy.v17i2.37577](https://doi.org/10.22441/merpsy.v17i2.37577)

Pendahuluan

Mahasiswa berada pada masa transisi individu dari tahap perkembangan masa remaja akhir menuju ke tahap dewasa awal yang ditandai dengan tekanan akademik yang dihadapi mahasiswa dapat berupa masalah keuangan, beban tugas, ujian dan masalah berinteraksi dengan lingkungan sosial (Rahmawati, 2014). Tekanan akademik tersebut berasal dari manajemen waktu yang tidak tepat, hubungan dengan dosen, aktivitas organisasi di kampus atau di luar kampus dan lingkungan sosial yang tidak mendukung (Rahmawati, 2014). Mahasiswa harus dapat mengimbangi dengan kemampuan adaptasi yang memadai dan kemampuan untuk menghadapi berbagai tantangan, agar tekanan tersebut tidak menghambat keberhasilan studi dan persiapan masa depan mahasiswa. Kemampuan ini berkaitan dengan resiliensi.

Menurut penelitian terdahulu yang dilakukan kepada mahasiswa Rumpun Ilmu Kesehatan Universitas Padjadjaran menunjukkan bahwa mayoritas dari responden penelitian memiliki tingkat resiliensi yang tergolong tinggi dan berfungsi secara optimal di tengah tekanan akademik (Khairunnisa et al., 2022). Resiliensi ini diperlukan oleh mahasiswa untuk menghadapi tekanan akademik yang berat dan turut berperan dalam menentukan bagaimana mahasiswa menghadapi kesulitan yang dialami dalam perkuliahan (Khairunnisa et al., 2022). Mahasiswa yang mampu bertahan dalam menghadapi kesulitan adalah mahasiswa yang memiliki kapasitas yang fleksibel dalam berperilaku atau dapat beradaptasi untuk menghadapi tantangan, sedangkan mahasiswa dengan resiliensi rendah akan cenderung sulit untuk pulih dan bangkit dari kesulitannya, bahkan dapat beresiko mengalami kegagalan studi atau putus kuliah (Khairunnisa et al., 2022).

Resiliensi merupakan kemampuan seseorang untuk menghadapi peristiwa yang tidak terduga dengan memanfaatkan keterampilan dan sikap tertentu agar dapat pulih dan memperkuat keinginan (Carmeli et al., 2013). Orang yang memiliki resiliensi tinggi cenderung memiliki kesehatan mental yang lebih baik dan mampu mengatasi berbagai tantangan dalam hidup (Khosbayan et al., 2022). Resiliensi dibutuhkan agar seseorang bisa bertahan, mengatasi masalah, menjadi lebih kuat, dan berkembang secara positif meskipun dalam kondisi yang sulit (Khairunnisa et al., 2022). Resiliensi

dapat membantu seseorang untuk memanfaatkan potensi individu dan melindungi diri dari efek negatif stres (Fullerton et al., 2021).

Salah satu faktor yang berperan dalam membentuk resiliensi pada orang dewasa adalah kepribadian, khususnya pada *conscientiousness* (Khairunnisa et al., 2022). *Conscientiousness* yang telah terbukti dalam banyak penelitian menjelaskan bahwa mahasiswa *conscientiousness* ini lebih terorganisir, dapat diandalkan, pekerja keras, disiplin, tegas, gigih, rapi dan berorientasi terhadap tujuan yang ingin dicapai dan diperkirakan mahasiswa *conscientiousness* juga memiliki resiliensi yang tinggi (Rahmawati, 2014). Hal tersebut karena mahasiswa yang resilien memiliki kepercayaan diri, kontrol terhadap kemampuan dirinya, kecemasan yang rendah terhadap kewajiban sekolah yang ia miliki dan komitmen terhadap apa yang ia kerjakan (Rahmawati, 2014). Kemampuan mahasiswa yang resilien dapat didukung oleh sifat *conscientiousness* yang dimiliki olehnya.

Berbagai hasil penelitian menyatakan adanya hubungan positif dan signifikan antara *conscientiousness* dengan resiliensi. Studi pada santri di Pondok Pesantren Darussalam Behji Surabaya menemukan bahwa semakin tinggi *conscientiousness*, semakin tinggi pula tingkat resiliensi (Abdilla, 2022). Temuan serupa juga terlihat pada mahasiswa, dimana *conscientiousness* menjadi salah satu faktor kepribadian utama dalam memprediksi resiliensi (Khairunnisa et al., 2022).

Big five personality merupakan pendekatan dalam psikologi yang menjelaskan kepribadian manusia melalui lima dimensi utama, yaitu *extraversion*, *agreeableness*, *conscientiousness*, *emotional stability*, dan *openness to experience* (Ramdhani, N., 2012). Salah satu dimensi utama Big Five, posisi *conscientiousness* dijelaskan dalam NEO Personality Inventory oleh Costa dan McCrae (1992). Inventory ini menggambarkan trait kepribadian yang luas untuk berbagai aspek perilaku seseorang. *Conscientiousness* adalah salah satu dimensi dari kepribadian *big five*, yang merupakan dominan luas dari trait yang menggolongkan banyak aspek di dalamnya (Jackson et al., 2010). Individu dengan tingkat *conscientiousness* yang tinggi memiliki tujuan yang jelas dalam bertindak, kemauan yang kuat, tekun, serta teliti (Rahmawati, 2014).

Berdasarkan penjelasan tersebut, diduga bahwa kemampuan resiliensi yang didukung oleh sifat *conscientiousness* dibutuhkan oleh mahasiswa karena kemampuan ini diperkirakan dapat membantu mereka untuk bertahan dalam menghadapi tantangan ataupun hambatan sehingga dapat mencapai keberhasilan. Meskipun hubungan antara *conscientiousness* dan resiliensi telah banyak diteliti, perbedaan karakteristik mahasiswa serta tuntutan akademik yang semakin kompleks menunjukkan bahwa temuan tersebut belum tentu sepenuhnya sesuai dengan konteks mahasiswa. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mengkaji secara empiris bagaimana *conscientiousness* berhubungan dengan resiliensi untuk mendukung keberhasilan studi dan kesejahteraan akademik mahasiswa.

Berdasarkan uraian teori dan hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa kepribadian Big Five, khususnya dimensi *conscientiousness*, memiliki hubungan dengan kemampuan individu dalam menghadapi tekanan dan beradaptasi dengan kesulitan (Khairunnisa et al., 2022), maka hipotesis dalam penelitian ini adalah *conscientiousness* berpengaruh positif terhadap resiliensi pada mahasiswa.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *conscientiousness* sebagai salah satu dimensi kepribadian dalam Big Five Personality terhadap tingkat resiliensi pada mahasiswa. Secara khusus, penelitian ini berupaya untuk memahami sejauh mana sifat-sifat seperti kedisiplinan, ketekunan, tanggung jawab, serta kemampuan dalam mengatur perilaku dan mencapai tujuan jangka panjang dapat berkontribusi terhadap kemampuan individu dalam beradaptasi, bertahan, dan pulih dari berbagai tekanan atau kesulitan yang dihadapi selama masa perkuliahan. Dengan mengkaji hubungan antara kedua variabel ini, penelitian diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai peran faktor kepribadian dalam membentuk resiliensi, serta menjadi dasar bagi pengembangan program atau intervensi yang mendukung kesejahteraan psikologis mahasiswa di lingkungan akademik.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional untuk mengkaji hubungan antara *conscientiousness* sebagai variabel bebas (X) dan resiliensi sebagai variabel terikat (Y) tanpa melakukan manipulasi variabel (Sugiyono, 2013). Penelitian ini menerapkan desain *cross-sectional* dengan pengumpulan data yang dilakukan satu kali melalui kuesioner. Seluruh variabel diukur secara bersamaan menggunakan instrumen yang sama pada satu periode pengumpulan data, sehingga hubungan antara *conscientiousness* dan resiliensi dianalisis berdasarkan respons mahasiswa pada saat pengisian kuesioner (Creswell, 2014).

Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 307 mahasiswa berusia 18–23 tahun yang merupakan mahasiswa aktif dari Perguruan Tinggi Negeri (PTN) dan/atau Perguruan Tinggi Swasta (PTS) di Indonesia. Partisipan dipilih dengan menggunakan teknik *convenience sampling* yang dilakukan dengan mempertimbangkan kemudahan akses peneliti terhadap subjek penelitian (Sugiyono, 2013). Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi mahasiswa aktif yang bersedia menjadi responden, berusia 18–23 tahun, dan mengisi kuesioner penelitian dengan lengkap. Sedangkan kriteria eksklusi meliputi responden yang tidak menyelesaikan pengisian kuesioner dan/atau memiliki data yang tidak lengkap sehingga tidak dapat dianalisis.

Penelitian ini mengukur variabel *conscientiousness* dengan menggunakan Skala *Conscientiousness* yang disusun berdasarkan konstruk *Big Five Personality* yang dikembangkan oleh Goldberg (2006) melalui *International Personality Item Pool* (IPIP) dan diadaptasikan ke bahasa Indonesia. Skala ini memiliki 10 item, yang terdiri dari 6 item favorable dan 4 item unfavorable, dan disajikan dalam format skala Likert 4 poin (1 = sangat tidak setuju hingga 4 = sangat setuju). Skala ini mengukur dimensi *conscientiousness* yang mencakup aspek keteraturan, tanggung jawab, kedisiplinan, dan kehati-hatian. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh item pada skala *conscientiousness* memiliki nilai corrected item–total correlation $\geq 0,30$ sehingga seluruh item dinyatakan valid. Selanjutnya, hasil uji reliabilitas menunjukkan koefisien

Cronbach's alpha sebesar $\alpha = 0,84$ yang mengindikasikan bahwa skala memiliki reliabilitas yang tinggi.

Penelitian ini juga menggunakan *Connor–Davidson Resilience Scale* (CD-RISC) yang dikembangkan oleh Connor dan Davidson (2003) dan telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia untuk mengukur variabel resiliensi. Skala ini terdiri dari 25 item dengan format respons skala Likert 0–4 (0 = sangat tidak benar dan 4 = seringkali benar). Skala CD-RISC mengukur resiliensi sebagai kemampuan individu dalam beradaptasi, bertahan, dan bangkit kembali dari kesulitan atau kegagalan. Hasil uji reliabilitas menggunakan Cronbach's Alpha menghasilkan nilai $\alpha = 0.87$ dan semua item dinyatakan valid.

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan secara bertahap, diawali dengan penyusunan kuesioner penelitian yang dibuat menggunakan Google Form, yang memuat pernyataan-pernyataan sesuai dengan variabel yang diteliti. Pada bagian awal kuesioner, peneliti mencantumkan lembar informed consent yang berisi penjelasan singkat mengenai tujuan penelitian, kerahasiaan data, serta pernyataan kesediaan responden untuk berpartisipasi secara sukarela. Responden hanya dapat melanjutkan pengisian kuesioner setelah menyatakan persetujuannya. Selanjutnya, kuesioner disebarluaskan secara daring kepada mahasiswa aktif Perguruan Tinggi Negeri (PTN) dan Perguruan Tinggi Swasta (PTS) di Indonesia. Proses penyebaran kuesioner berlangsung selama kurang lebih 15 hari. Selama periode tersebut, responden diminta untuk mengisi kuesioner secara mandiri dan menjawab setiap pernyataan sesuai dengan kondisi diri yang sebenarnya. Setelah masa pengumpulan data berakhir, peneliti melakukan penyaringan data berdasarkan kelengkapan jawaban, kemudian dilanjutkan dengan proses skoring untuk memperoleh skor masing-masing variabel sebagai dasar analisis data selanjutnya.

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan uji regresi linear sederhana melalui software statistik JASP dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$. Tahap awal analisis meliputi analisis deskriptif untuk menggambarkan karakteristik data pada variabel *conscientiousness* dan resiliensi, yang mencakup nilai mean, standar deviasi, serta rentang skor. Analisis ini bertujuan memberikan gambaran umum

mengenai kecenderungan tingkat *conscientiousness* dan resiliensi pada mahasiswa. Selanjutnya, dilakukan uji asumsi statistik, khususnya uji normalitas menggunakan Shapiro–Wilk, sebagai dasar penentuan teknik analisis inferensial. Hasil uji sumsi menunjukkan bahwa data tidak berdistribusi normal, sehingga pengujian hubungan antar variabel dilakukan menggunakan korelasi Spearman’s rho.

Hasil

Dalam penelitian ini terdapat 307 responden, tanpa adanya data yang hilang (*missing data*) yang terdiri atas 133 laki-laki (43,32%) dan 174 perempuan (56,68%) dengan mayoritas usia 20 tahun (29,97%). Responden berasal dari 285 Perguruan Tinggi Negeri (PTN) dan 22 Perguruan Tinggi Swasta (PTS) yang didominasi mahasiswa semester 3 sebanyak 62 responden (20,20%)

Tabel 1.

Data Demografis Subjek Penelitian

Data Demografis	Kategori	Jumlah	Persentase %
Jenis Kelamin	Laki laki	133	43,32
	Perempuan	174	56,68
Usia	18	5	1,63
	19	78	25,41
	20	92	29,97
	21	82	26,71
	22	48	15,64
	23	2	0,65

Universitas	PTN	285	92,84
	PTS	22	7,16
Semester	1	23	7,49
	2	33	10,75
	3	62	20,20
	4	53	17,26
	5	41	13,36
	6	40	13,03
	7	25	8,14
	8	30	9,77

Statistik Deskriptif

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, tingkat *conscientiousness* pada mahasiswa menunjukkan nilai rata-rata sebesar 31,34 ($SD = 4,53$). Sejalan dengan itu, variabel resiliensi atau ketangguhan diri memiliki nilai rata-rata sebesar 74,81 ($SD = 13,58$).

Tabel 2.

Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

	<i>Conscientiousness</i>	Resiliensi
Valid	307	307
Missing	0	0
Median	32,00	78,00
Mean	31,34	74,81
Std. Deviation	4,536	13,58
Minimum	18,00	22,00
Maximum	40,00	99,00

Untuk menganalisis distribusi data dengan lebih detail, dilakukan pengelompokan skor pada kedua variabel tersebut. Pada variabel *conscientiousness*, mayoritas mahasiswa tergolong dalam kategori sedang (69,08%). Pola serupa juga terlihat pada variabel resiliensi, di mana sebagian besar responden menunjukkan tingkat ketangguhan dalam kategori sedang (76,22%). Hasil ini menunjukkan bahwa secara keseluruhan, mahasiswa dalam penelitian ini memiliki disiplin diri dan kemampuan pulih dari tantangan yang cukup konsisten, meskipun tidak mencapai tingkat yang luar biasa.

Tabel 3.

Kategorial Subjek Penelitian

Variabel	Kategori	Norma	Rentang skor	Frekuensi	Persentase (%)
<i>Conscientiousness</i>	Rendah	$X < M - 1 SD$	18 – 26	45	14,66
	Sedang	$M - 1 SD \leq X < M + 1 SD$	27 – 35	209	68,08
	Tinggi	$X \geq M + 1 SD$	36 – 40	53	17,26
Total				307	100
Variabel	Kategori	Norma	Rentang skor	Frekuensi	Persentase (%)
Resiliensi	Rendah	$X < M - 1 SD$	22 – 61	46	14,98
	Sedang	$M - 1 SD \leq X < M + 1 SD$	62 – 88	234	76,22
	Tinggi	$X \geq M + 1 SD$	89 – 99	27	8,79
Total				307	100

Uji Asumsi

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, dilakukan uji prasyarat analisis terlebih dahulu untuk memastikan kesesuaian data dengan analisis regresi linear sederhana. Uji normalitas dilakukan menggunakan Shapiro–Wilk, sebagaimana disajikan pada Tabel 4 hasil pengujian menunjukkan bahwa nilai signifikansi Shapiro–Wilk pada data

conscientiousness ($p < 0,001$) dan resiliensi ($p < 0,001$) berada di bawah taraf signifikansi 0,05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa data pada kedua data tidak berdistribusi normal.

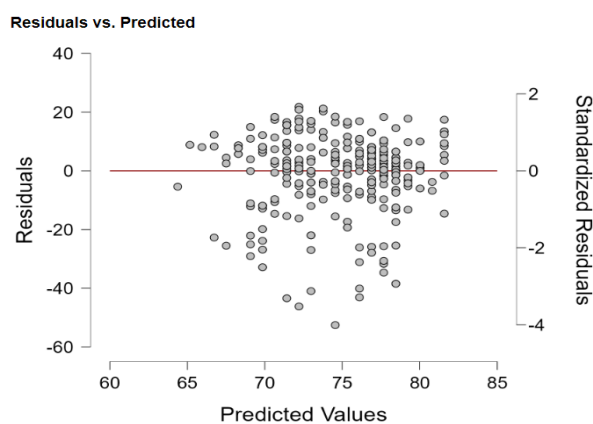
Tabel 4.

Uji Normalitas

	<i>Conscientiousness</i>	Resiliensi
Shapiro-Wilk	0,969	0,894
P-value of Shapiro-Wilk	< ,001	< ,001

Kemudian pemeriksaan terhadap asumsi linearitas dan homoskedastisitas pada Gambar 1 dilakukan melalui grafik residual terhadap nilai prediksi. Berdasarkan hasil pemeriksaan visual, titik-titik data menyebar secara acak di sekitar garis nol pada rentang nilai prediksi antara 65 hingga 82 tanpa membentuk pola melengkung tertentu, sehingga asumsi linearitas terpenuhi. Selain itu, penyebaran residual relatif merata dan tidak menunjukkan pola corong yang mengindikasikan terjadinya heteroskedastisitas.

Gambar 1. Grafik Residuals vs. Predicted



Uji Korelasi

Pengujian hipotesis dilakukan untuk mengetahui bagaimana disiplin diri berkontribusi terhadap kemampuan mahasiswa untuk tetap tangguh saat menghadapi

kegagalan, Peneliti menganalisis hubungan antar variabel dengan menggunakan uji korelasi Spearman's rho. Hasil analisis pada Tabel 5 menunjukkan bahwa nilai korelasi antara *conscientiousness* dan resiliensi sebesar $\rho = 0,249$ dengan nilai signifikansi $p < 0,001$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *conscientiousness* dan resiliensi. Arah hubungan yang positif mengindikasikan bahwa peningkatan *conscientiousness* cenderung diikuti juga oleh peningkatan resiliensi, meskipun kekuatan hubungan yang terbentuk tergolong lemah.

Tabel 5.

Hasil Uji Korelasi Spearman's rho

		Spearman's rho	p
<i>Conscientiousness</i>	- Resiliensi	0.249	< .001

Uji Hipotesis

Diskusi

Berdasarkan hasil analisis data, ditemukan adanya hubungan positif yang signifikan antara *conscientiousness* dan resiliensi pada mahasiswa. Hubungan ini didukung oleh nilai korelasi Spearman's rho sebesar 0,249 dan nilai R sebesar 0,261, yang menunjukkan hubungan searah. Artinya, peningkatan pada sifat *conscientiousness* cenderung diikuti oleh peningkatan tingkat resiliensi mahasiswa dalam menghadapi kegagalan. Meskipun hubungan ini terbukti signifikan secara statistik, kekuatan korelasi yang terbentuk masuk dalam kategori lemah. Hal ini mengindikasikan bahwa kepribadian yang disiplin dan teratur memang memiliki andil, namun bukan merupakan faktor tunggal yang mendominasi kemampuan mahasiswa untuk bangkit dari tekanan. Keputusan untuk menggunakan korelasi Spearman sendiri diambil karena data awal penelitian tidak berdistribusi normal berdasarkan uji Shapiro-Wilk ($p < 0,001$). Ketidaknormalan distribusi ini terkait dengan pola sebaran skor yang tidak simetris, dan secara tidak langsung merefleksikan tingkat variasi jawaban responden. Meskipun begitu, konsistensi arah hubungan yang tetap positif dan signifikan

memberikan dukungan kuat terhadap temuan penelitian pada populasi mahasiswa dengan karakteristik respons yang beragam.

Selaras dengan data yang dikumpulkan, hipotesis penelitian (H1) yang menyatakan bahwa "*Conscientiousness* berkorelasi positif terhadap resiliensi pada mahasiswa" dinyatakan diterima atau terdukung. Bukti kuat diterimanya hipotesis ini terlihat dari nilai *t* hitung yang mencapai 4,726 dengan nilai signifikansi $p < 0,001$. Nilai *p* yang sangat rendah tersebut memberikan keyakinan bahwa pengaruh yang diamati dalam penelitian ini adalah fenomena nyata yang terjadi pada subjek, bukan sekadar hasil kebetulan semata. Temuan ini mempertegas bahwa karakteristik mahasiswa yang memiliki tujuan jelas, tekad kuat, dan disiplin tinggi selaras dengan konsep resiliensi, sehingga mereka lebih mampu bertahan, beradaptasi, dan bangkit kembali saat menghadapi berbagai tantangan atau hambatan dalam perkuliahan.

Temuan dalam penelitian ini secara teoritis berkaitan erat dengan *Big Five Theory*, khususnya pada dimensi *conscientiousness*. Sejalan dengan temuan oleh Sidik dan Listiyandini (2017), individu dengan tingkat *conscientiousness* yang tinggi ditandai oleh kemauan kuat dan ketekunan dalam berperilaku, yang dalam kerangka teori resiliensi dipahami sebagai kemampuan memperkuat keinginan untuk pulih dari tekanan. Secara statistik, penelitian ini membuktikan bahwa mahasiswa yang memiliki tujuan jelas (sebagai representasi dari ciri *conscientiousness*) menunjukkan daya tahan atau resiliensi yang lebih baik saat menghadapi berbagai tantangan akademik.

Hasil tersebut menunjukkan konsistensi yang kuat dengan berbagai penelitian terdahulu. Temuan ini sejalan dengan studi oleh Khairunnisa et al. (2022) yang menempatkan *conscientiousness* sebagai salah satu prediktor penting bagi resiliensi mahasiswa. Korelasi positif pada peningkatan skor *conscientiousness* diikuti oleh peningkatan tingkat resiliensi juga didukung oleh temuan Abdilla (2022). Lebih lanjut, hal ini memperkuat pendapat Rahmawati (2014) bahwa disiplin dan kejelasan tujuan hidup membuat mahasiswa lebih mampu bangkit dari kesulitan dibandingkan mereka yang memiliki tingkat *conscientiousness* rendah.

Penelitian ini memberikan dukungan tambahan terhadap teori *Big Five*, khususnya dimensi *Conscientiousness*. Kontribusi ini menunjukkan bahwa sifat

kepribadian yang mencakup keteraturan dan tanggung jawab bukan hanya sekadar ciri perilaku, tetapi merupakan prediktor yang valid bagi kemampuan adaptasi psikologis mahasiswa saat menghadapi kegagalan.

Dalam ranah praktik psikologi, hasil penelitian ini memberikan dasar untuk melakukan intervensi berbasis pengembangan karakter di lingkungan pendidikan tinggi. Pendapat ini didukung oleh penemuan dari Ulya (2022), yang menjelaskan bagaimana *conscientiousness* memengaruhi resiliensi akademik mahasiswa melalui pengendalian impuls, disiplin, dan tanggung jawab, dan mendukung program pelatihan manajemen diri. Karena *conscientiousness* terbukti secara nyata mempengaruhi resiliensi, para praktisi psikologi atau konselor di kampus dapat merancang program pelatihan manajemen diri yang fokus pada penguatan kedisiplinan, keteraturan, dan kegigihan.

Penelitian ini memiliki keterbatasan utama pada distribusi data yang tidak normal, di mana variasi jawaban responden yang ekstrem pada variabel *conscientiousness* dan resiliensi menyebabkan model regresi kurang mampu mengakomodasi keragaman data secara utuh. Hal ini diperkuat oleh nilai R^2 yang hanya sebesar 6,8%, menunjukkan bahwa *conscientiousness* bukan satu-satunya faktor penentu, karena resiliensi mahasiswa dipengaruhi oleh variabel kompleks lainnya yang tidak diukur dalam studi ini. Selain itu, adanya nilai residual ekstrem pada grafik *Residuals vs Predicted* mengindikasikan tingkat kesalahan prediksi yang besar pada individu tertentu, sehingga hasil penelitian ini belum dapat dijadikan gambaran menyeluruh dalam menjelaskan fenomena resiliensi mahasiswa.

Kesimpulan

Penelitian ini menemukan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *conscientiousness* terhadap resiliensi dalam menghadapi kegagalan pada mahasiswa. Artinya semakin tinggi *conscientiousness*, maka semakin tinggi pula resiliensi pada mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa *conscientiousness* terbukti mempengaruhi kemampuan resiliensi terhadap mahasiswa dalam menghadapi kegagalan, sejalan dengan tujuan penelitian. Ini mengindikasikan bahwa mahasiswa yang memiliki sifat

disiplin, teratur, dan berfokus pada tujuan cenderung lebih mampu bertahan, beradaptasi, dan pulih saat menghadapi tekanan atau kegagalan di bidang akademik.

Namun, meskipun pengaruhnya signifikan, hasil penelitian ini kontribusi *conscientiousness* terhadap resiliensi bukan merupakan faktor yang paling utama. Temuan ini menunjukkan bahwa resiliensi mahasiswa merupakan suatu konstruk yang rumit dan tidak hanya ditentukan oleh satu dimensi kepribadian, tetapi juga dipengaruhi oleh berbagai faktor lain di luar *conscientiousness*. Dengan demikian, *conscientiousness* dapat dipandang sebagai salah satu elemen penting dalam pembentukan resiliensi mahasiswa, namun bukan satu-satunya faktor penentu.

Saran

Berdasarkan keterbatasan yang dialami selama pelaksanaan penelitian ini, ada beberapa hal yang perlu diperhatikan oleh peneliti selanjutnya. Dalam penelitian berikutnya dapat dipertimbangkan untuk menerapkan *Stratified Random Sampling* guna meminimalisir bias dan memastikan keterwakilan populasi yang lebih merata. Selain itu, penggunaan variabel mediator sangat disarankan untuk mengungkap dinamika hubungan tidak langsung antara *conscientiousness* dan resiliensi yang lebih menyeluruh. Terakhir, guna mengurangi subjektivitas responden, peneliti dapat menggunakan instrumen resiliensi spesifik konteks akademik yang dilengkapi dengan skenario kegagalan agar persepsi responden lebih seragam dan akurat.

Daftar Pustaka

- Abdilla, Y. (2022). *Hubungan antara conscientiousness dengan resiliensi akademik pada santri di Pondok Pesantren Darussalam Behji Surabaya* [Skripsi sarjana, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya]. Digilib UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Carmeli, A., Friedman, Y., & Tishler, A. (2013). Cultivating a resilient top management team: The importance of relational connections and strategic decision comprehensiveness. *Safety Science*, 51, 148–159.
<https://doi.org/10.1016/j.ssci.2012.06.002>

- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety, 18*(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- McCrae, R. R. & Costa, P. T. Jr. (1992). *Revised NEO Personality Inventory (NEO PI-R) manual*. Psychological Assessment Resources
- Goldberg, L. R., Johnson, J. A., Eber, H. W., Hogan, R., Ashton, M. C., Cloninger, C. R., et al. (2006). The International Personality Item Pool and the Future of Public-Domain Personality Measures. *Journal of Research in Personality, 40*(1), 84-96. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2005.08.007>
- Jackson, J. J., Wood, D., Bogg, T., Walton, K. E., Harms, P. D., & Roberts, B. W. (2010). What do conscientious people do? Development and validation of the Behavioral Indicators of Conscientiousness (BIC). *Journal of Research in Personality, 44*(4), 501–511. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2010.06.005>
- Khairunnisa, R. F., Triwahyuni, A., & Djunaidi, A. (2022). Kepribadian Big Five sebagai faktor prediktif terhadap resiliensi akademik mahasiswa tingkat pertama rumpun kesehatan. *Jurnal Psikologi Sains dan Profesi, 6*(3), 241–254.
- Khosbayar, A., Andrade, M. S., & Miller, R. M. (2022). The relationship between psychological resilience and the Big Five personality traits. *International Management Review, 18*(3), 5–7.
- Rahmawati, Y. M. (2014). *Hubungan conscientiousness dengan resiliensi akademik pada mahasiswa penerima beasiswa Bidikmisi di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Brawijaya* [Skripsi sarjana, Universitas Brawijaya]. Brawijaya Knowledge Garden. <https://repository.ub.ac.id/id/eprint/121165/>
- Ramdhani, N. (2012). Adaptasi bahasa dan budaya dari skala kepribadian Big Five. *Jurnal Psikologi, 39*(2), 189–207. <https://doi.org/10.22146/jpsi.6986>
- Shadiqi, M. A. (2023). *Statistik untuk penelitian psikologi dengan SPSS: Lengkap dengan ilustrasi dan cara pelaporan American Psychological Association*. Rajawali Pers.

Sidik, E. H., & Listiyandini, R. A. (2025). Peran kepribadian Big Five terhadap resiliensi pada mahasiswa kedokteran. Dalam *Prosiding Konferensi Nasional Psikologi Kesehatan IV*.

Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Ulya, R. M. (2022). *Hubungan conscientiousness dengan resiliensi akademik pada mahasiswa aktif organisasi* [Skripsi sarjana, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang]. ETD UIN Malang. <http://etheses.uin-malang.ac.id/33139/>