

## Tawakal dan Resiliensi Akademik Dalam *Setting Blended Learning* Pada Mahasiswa Muslim Di Yogyakarta

Annisa Fitriani<sup>1</sup>, Alaqsha Shafa Talitha<sup>2</sup>, Sabrina Aulia Riady<sup>3</sup>, Fuad Nashori<sup>4</sup>

<sup>1234</sup>Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia,  
Jl. Kaliurang km 14.5, Sleman, Yogyakarta 55584

[annsafttranii@gmail.com](mailto:annsafttranii@gmail.com)

### Abstract

In carrying out their tasks in the learning process, students face various challenges, obstacles and difficulties. The ability to cope with challenges, obstacles and difficulties in the academic world is called academic resilience. One of the assets that can be used to optimize academic resilience is tawakal to Allah. This study aims to find out the relationship between tawakal and academic resilience among muslim students in Yogyakarta. This study uses a correlational quantitative method. There were 101 Muslim students from various universities in Yogyakarta who were the subjects of this research, with 21 male subjects and 80 female subjects, with an average age of 20 years old. The data collection technique used in this research is a non-probability sampling technique, by obtaining samples through a purposive sampling technique. The data collection method uses a questionnaire in the form of a Google form. The measuring instruments used are the Tawakal to Allah Scale from Sartika and Kurniawan and the Academic Resilience Scale from Hardiansyah et al. The results of this research show that students who are surrender to god tend to have high academic resilience.

**Keywords:** Tawakal, Resilience, Students, Muslim

### Abstrak

Dalam melaksanakan tugas-tugasnya dalam proses pembelajaran, mahasiswa menghadapi berbagai tantangan, hambatan, dan kesulitan. Kemampuan untuk bertahan menghadapi tantangan, hambatan, dan kesulitan dalam dunia akademik disebut sebagai resiliensi akademik. Salah satu modal yang dapat dipakai untuk mengoptimalkan resiliensi akademik adalah tawakal kepada Allah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tawakal dan resiliensi akademik pada mahasiswa muslim di Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Terdapat 101 mahasiswa yang beragama islam dari berbagai perguruan tinggi di Yogyakarta yang menjadi subjek penelitian ini dengan subjek laki-laki sebanyak 21 orang dan subjek perempuan sebanyak 80 orang, dengan rata-rata usia 20 tahun. Teknik pengambilan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *non-probability sampling*, dengan mendapatkan sampel melalui teknik *purposive sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan kuesioner berupa *google form*. Alat ukur yang digunakan adalah Skala Tawakal kepada Allah dari Sartika dan Kurniawan serta Skala Resiliensi Akademik dari Hardiansyah dkk. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang tawakal cenderung memiliki resiliensi akademik tinggi.

**Kata kunci:** Tawakal, Resiliensi, Mahasiswa, Muslim

## PENDAHULUAN

Mahasiswa dituntut untuk memproses dirinya menjadi pribadi yang baik dan menjadi orang yang ahli pada bidang ilmu yang dipelajarinya. Mereka harus mempelajari berbagai teori dalam berbagai mata kuliah. Selain itu mereka juga harus bertanggung jawab dalam menyelesaikan tugas-tugas mata kuliah tersebut. Permasalahan yang mungkin terjadi dalam menjalani studi adalah beban tugas yang banyak dari proses pembelajaran. Dalam menghadapi berbagai tantangan, hambatan, dan kesulitan itu, idealnya mahasiswa memiliki resiliensi (Okvella & Setyandari, 2022).

Resiliensi di dalam lingkungan pendidikan dapat disebut resiliensi akademik. Resiliensi akademik dapat didefinisikan sebagai kemampuan mahasiswa dalam mengelola pendidikannya

dan meningkatkan keberhasilannya pada saat lulus, bahkan ketika menghadapi kesulitan-kesulitan terkait tugas akademik (Cassidy, 2016). Mahasiswa yang resilien secara akademik tidak akan mudah untuk berputus asa saat menemui berbagai tantangan, hambatan, dan kesulitan akademiknya. Mahasiswa yang resilien juga meyakini bahwa akan ada pintu keluar dari segala permasalahan yang ia alami. Kesulitan dan hambatan yang dihadapi dan tantangan yang dijawab secara baik oleh mahasiswa akan mendorong kompetensi dan potensi mahasiswa untuk berkembang. Dalam perkuliahan, resiliensi akademik merupakan kemampuan seseorang untuk menghadapi tantangan, kesulitan, dan tekanan secara efektif dalam setting akademik. Ada beberapa hal yang harus dihadapi oleh mahasiswa dalam perkuliahan seperti, nilai yang rendah, mengejar tenggat waktu yang telah ditentukan, tugas yang cukup sulit, absensi yang ketat, dan kewajiban untuk mengikuti kelas perkuliahan (Martin & Marsh, 2006).

Sesudah masa covid yang dimulai pada awal 2020 dinyatakan selesai pada akhir tahun 2022, proses belajar tidak lagi menggunakan pembelajaran *online* sebagai metode utama dalam proses pembelajaran. Mahasiswa harus mengikuti pembelajaran yang dilakukan secara luring sebagai metode utama pembelajaran yang disinergikan dengan pembelajaran daring sebagai metode sekunder. Bonk dan Graham (2006) menjelaskan bahwa *blended learning* merupakan sebuah pembelajaran yang memadukan antara pembelajaran *online* dengan *offline* atau tradisional. Selain itu, Garrison dan Vaughan (2008) juga menyatakan bahwa *blended learning* dalam perguruan tinggi memberikan visi dan *roadmap* bagi para dosen di perguruan tinggi untuk memahami kemungkinan dalam memadukan pembelajaran tatap muka dan daring untuk pengalaman belajar yang menarik dan bermakna. Keharusan kembali menggunakan pembelajaran luring ini menjadikan mahasiswa harus mengikuti metode pembelajaran daring dan luring sekaligus. Hal ini menjadi tantangan tersendiri bagi mahasiswa, di samping berbagai tantangan lain yang dialami sebagai mahasiswa yang menempuh pendidikan tinggi.

Beberapa studi menunjukkan sebagian mahasiswa mengalami masalah resiliensi akademik. Sebuah studi yang dilakukan Bustam dkk. (2021) menunjukkan bahwa dari 439 mahasiswa yang diteliti, terdapat 25,7% (113 orang) yang memiliki resiliensi akademik rendah. Selanjutnya, menurut studi Warsito (2012) terhadap mahasiswa suatu perguruan tinggi ditemukan bahwa 50% mahasiswa tidak yakin dengan kemampuannya untuk memenuhi banyaknya tuntutan akademik. Selain itu 18,33% mahasiswa mudah untuk menyerah dalam menghadapi situasi seperti saat menghadapi masalah, tugas kuliah yang banyak, dan saat mereka tidak yakin dapat menyelesaikan sesuatu.

Mahasiswa yang memiliki resiliensi akademik yang tinggi menunjukkan berkembangnya diri mereka. Sebuah studi Septiani dan Fitria (2016) menunjukkan bahwa sikap resiliensi yang baik pada mahasiswa dapat membantu mereka mengatasi stres dengan menggunakan semua keterampilan yang mereka miliki. Lalu hasil penelitian Hayat dkk. (2021) juga menunjukkan bahwa resiliensi akademik dapat menjadi mediator antara efikasi diri dan kecemasan. Connor dan Davidson (2003) menyatakan bahwa individu yang resilien tidak hanya memiliki kemampuan untuk menghadapi kesulitan, tetapi juga memiliki kemampuan untuk beradaptasi secara positif dengan kejadian-kejadian yang negatif. Menurut Harahap dkk. (2020), mahasiswa dengan resiliensi akademik yang baik akan mampu untuk melalui kesulitan akademik yang dialaminya dan cenderung tidak berputus asa. Selain itu, mahasiswa dengan resiliensi akademik yang baik juga mampu bertahan dalam tekanan dan mampu mencari solusi dari permasalahan akademik yang muncul.

Menurut Missasi dan Izzati (2019), resiliensi dipengaruhi oleh faktor internal maupun faktor eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri individu yaitu spiritualitas, *self efficacy*, *optimisme* dan *self esteem*. Sedangkan faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar diri individu, di antaranya adalah dukungan sosial. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Ismail dkk., (2024) mengenai resiliensi akademik pada

mahasiswa diketahui bahwa resiliensi akademik mahasiswa dapat dipengaruhi oleh di antaranya efikasi diri, regulasi emosi, dan optimisme. Selain ketiga hal tersebut resiliensi akademik juga dapat dipengaruhi faktor lain seperti keluarga dan teman. Di antara faktor-faktor tersebut terdapat spiritualitas, yang merupakan faktor internal yang berkaitan dengan nilai-nilai agama serta pengalaman individu untuk menemukan pencerahan batin agar mampu mengatasi permasalahan yang dialami dalam hidup (Soemiarti & Runnals, 2001). Salah satu bentuk spiritualitas adalah tawakal kepada Allah (selanjutnya digunakan secara bergantian istilah tawakal dan tawakal kepada Allah).

Beberapa ahli menjelaskan definisi tawakal. Al-Jauziyyah (Nashori, 2024) mengungkapkan bahwa “tawakal merupakan amalan dan penghambaan hati dengan menyandarkan segala sesuatu itu hanya kepada Allah SWT semata, percaya terhadap-Nya, berlindung hanya kepada-Nya dan ridha atas sesuatu yang menimpa dirinya, berdasarkan keyakinan bahwa Allah akan memberikannya segala ‘kecukupan’ bagi dirinya, dengan tetap melaksanakan ‘sebab-sebab’ serta usaha keras untuk dapat memperolehnya”. Sabiq (1982) mengartikan tawakal kepada Allah berarti percaya, bergantung, menyerahkan urusan, dan memohon pertolongan hanya kepada Allah SWT, serta meyakini bahwa ketetapanNya pasti berlaku. Sedangkan menurut At-Tuwaijiri (2014), tawakal merupakan bentuk penyerahan diri seseorang terhadap segala ketentuan serta keputusan Allah SWT. Nashori (2024) mengartikan tawakal sebagai “sikap dan perilaku bergantung kepada Allah SWT dalam menghadapi berbagai kondisi kemalangan baik terkait kesehatan, ekonomi, sosial, politik, budaya, dan bencana alam yang disertai usaha yang memadai”. Dari beberapa definisi dari tawakal tersebut peneliti mengambil kesimpulan bahwa tawakal merupakan bentuk kepasrahan diri kepada ketetapan dan keputusan Allah setelah seseorang melakukan usaha atas apa yang seharusnya dia usahakan.

Sejumlah ahli menguraikan aspek-aspek tawakal. Ad-Dumaji (2000) membagi sikap tawakal kepada Allah dibagi menjadi 4 dimensi. Empat dimensi itu meliputi (1) berusaha mendapatkan petunjuk-Nya serta berusaha secara istiqomah untuk memperbaiki diri serta meluruskan tauhid dengan semurni-murninya, (2) sikap tegas dalam menegakkan kebenaran di atas panji Islam, ber-amar makruf nahi munkar, mementingkan kemaslahatan antar sesama, (3) mengharap kebutuhan duniawi, dan harapan *untuk* terhindar dari segala macam musibah.. (4) tidak melanggar aturan-aturan yang Allah tetapkan dan menghindarkan diri dari perintah-Nya. Selanjutnya, menurut Sartika dan Kurniawan (2015), terdapat tiga aspek tawakal, yaitu (1) Keyakinan kepada Allah, yaitu berserah diri dan yakin kepada Allah serta merasa cukup dengan pertolongan dari Allah, (2) Ibadah, yaitu ukuran dalam melaksanakan kewajiban beribadah sesuai dengan perintah Allah SWT, dan (3) Tidak khawatir, yaitu afeksi setelah seseorang telah yakin dan beribadah kepada Allah SWT. Tulisan ini merujuk pada pendapat Sartika dan Kurniawan (2015) dengan pertimbangan telah banyak dirujuk oleh penelitian lain.

Dalam psikologi, tawakal atau berserah diri dapat berhubungan dengan strategi *coping*. Orang-orang yang beralih ke agama dalam situasi stres kemungkinan menerima permasalahan yang mungkin dihadapinya. Hal ini terjadi karena islam mengajarkan penerimaan atau *acceptance*, dimana *acceptance* berhubungan dengan berserah diri atau *surrender to God* (Nursadrina, 2020). Menurut Wong-McDonald dan Gorsuch (2000) berserah diri merupakan salah satu strategi *coping* dimana individu memilih untuk menyerahkan keinginan dirinya pada keputusan Tuhan dalam menyelesaikan masalah.

Tawakal kepada Allah memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan untuk bertahan dalam pendidikan, terutama di kalangan siswa dan mahasiswa, menurut penelitian mengenai tawakal dan resiliensi akademik. Dalam situasi ini, "tawakal" merujuk pada keyakinan dan penyerahan diri sepenuhnya kepada Allah setelah melakukan upaya terbaik. Hal ini sejalan dengan prinsip Islam yang mengajarkan bahwa seseorang harus berserah diri kepada Tuhan setelah berusaha, yang dapat memberikan ketenangan dan kekuatan untuk menghadapi

kesulitan akademik. Tawakal kepada Allah membantu seseorang menghindari masalah (At-Tuwaijiri, 2014). Riyanty dan Nurendra (2021) berpendapat bahwa tawakal kepada Allah sebagai cara untuk bertahan hidup secara religius. Menurut penelitian, bertawakal kepada Allah akan membantu siswa mengatasi tantangan saat belajar secara online.

Nabi Muhammad menunjukkan bagaimana resiliensi itu dimiliki Nabi Muhammad dan umat Islam ketika mereka bertawakal kepada Allah. Dalam Perang Badar, kekuatan pasukan Islam sesungguhnya sangat tidak memadai dari sisi jumlah. Jumlah pasukan yang tersedia hanya 313 orang. Sementara pasukan musuh berjumlah 1.000 orang. Menyadari bahwa pasukan Islam sangat terbatas, Nabi Muhammad sebagai pemimpin pasukan, berusaha secara optimal mempersiapkan diri menghadapi pertempuran. Usulan strategi perang yang kreatif-inovatif yang disampaikan Saad bin Muadz diterima Nabi Muhammad dan para sahabat, yaitu mendirikan markas operasi pertempuran. Selain itu, strategi yang digunakan adalah membentuk formasi pasukan seperti barisan (*shaf*) dalam shalat. Di barisan depan, terdapat pasukan pemanah. Di shaf berikutnya baru ada pasukan yang lain dengan tugas yang berbeda. Selanjutnya, menyadari pasukan yang dimilikinya jauh lebih kecil, Nabi Muhammad tampak gelisah. Melihat sahabatnya dalam kondisi demikian, Abu Bakar ash-Shiddiq mengingatkan satu hal yang masih dapat diupayakan, yaitu bertawakal kepada Allah melalui berdoa. Nabi Muhammad melakukan usulan yang disampaikan sahabatnya itu. Nabi Muhammad memimpin doa bersama dan memasrahkan hasil perjuangan kepada Allah (Al-Buthy, 1996). Hasilnya, sebagaimana dapat kita baca dalam buku sejarah, umat Islam memiliki daya tahan atau resiliensi yang luar biasa. Mereka sangat bersemangat dalam peperangan dan hasilnya adalah mereka memperoleh kemenangan gemilang atas pasukan kafir Quraisy yang berbasis di Makkah (Nashori, 2024).

Sejumlah penelitian telah dilakukan para ahli mengenai keterkaitan antara tawakal dan resiliensi akademik pada mahasiswa. Salah satunya adalah penelitian yang membahas mengenai hubungan antara tawakal dan resiliensi. Berdasarkan penelitian Putri dan Uyun (2017) diketahui bahwa terdapat korelasi positif yang signifikan antara tawakal dengan resiliensi, yang artinya tingkatan tawakal subjek berbanding lurus terhadap resiliensi subjek. Tawakal memberikan kontribusi efektif terhadap resiliensi sebesar 11.15% pada santri remaja penghafal Al-Quran. Selain itu, penelitian Habibah dkk. (2018) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tawakal dan resiliensi para penyintas banjir. Tawakal dan kecerdasan emosi secara bersama-sama memberikan kontribusi efektif sebesar 21.7% terhadap resiliensi pada penyintas banjir. Mendukung penelitian di atas adalah hasil penelitian Husnar dkk (2017) yang menemukan peran tawakal kepada Allah berkorelasi negatif dengan stres pada mahasiswa Muslim.

Khusus terkait dengan keterkaitan antara tawakal dan resiliensi akademik, terdapat sebuah penelitian yang sangat relevan. Penelitian Saputra dkk (2022) menunjukkan bahwa tawakal berhubungan dengan resiliensi akademik mahasiswa yang mengikuti pembelajaran online. Berbeda dengan beberapa penelitian tawakal dan resiliensi (Habibah dkk, 2018; Putri dan Uyun, 2017) yang telah disebutkan di atas, penelitian ini fokus pada resiliensi akademik. Berbeda dengan penelitian Saputra dkk (2022) yang menggunakan setting pembelajaran online, penelitian ini menggunakan *setting blended learning*. Akan diuji apakah mahasiswa yang memiliki tawakal kepada Allah akan memiliki resiliensi akademik yang tinggi. Berdasarkan penjelasan di atas, dapat dirumuskan tujuan penelitian ini, yaitu mengetahui hubungan positif antara tawakal dan resiliensi akademik mahasiswa. Hipotesis penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara tawakal dan resiliensi akademik pada mahasiswa.

## METODE

Penelitian ini mengungkap mengenai hubungan tawakal dengan resiliensi akademik pada mahasiswa Muslim di Yogyakarta. Metode yang digunakan dalam penelitian ini merupakan metode kuantitatif. Populasi penelitian ini merupakan mahasiswa aktif dengan usia 17-25 tahun dan beragama Islam di Yogyakarta. Keseluruhan responden berjumlah 101 orang (laki-laki sebanyak 21 orang dan perempuan sebanyak 80 orang). Responden terbanyak berada pada rentang usia 19-21 tahun.

Metode pengumpulan data menggunakan kuesioner atau angket berupa *google form* yang disebar kepada mahasiswa Muslim yang berstatus aktif yang menempuh studi pada berbagai Universitas di Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan dua alat ukur, yaitu skala tawakal dan skala resiliensi akademik. Alat ukur pertama dimaksudkan untuk mengukur tawakal menggunakan skala tawakal yang disusun oleh Sartika dan Kurniawan (2015), alat ukur tersebut mengacu pada *Tafsir Al-Mishbah* dari M. Quraish Shihab dan *Tafsir Al-Qur'an Al-Adhim* karya Ibnu Katsir yang mengidentifikasi karakteristik tawakal yang terdapat dalam Al-Qur'an. Aspek-aspek tawakal yang digunakan dalam penelitian ini meliputi (1) Keyakinan kepada Allah, yaitu berserah diri dan yakin kepada Allah serta merasa cukup dengan pertolongan dari Allah, (2) Ibadah, yaitu ukuran dalam melaksanakan kewajiban beribadah sesuai dengan perintah Allah SWT, dan (3) Tidak khawatir, yaitu afeksi setelah seseorang telah yakin dan beribadah kepada Allah SWT. Jumlah aitem pada skala ini adalah 25 aitem. Beberapa aitem dalam skala ini adalah (1) "Merasa cukup atas semua karunia yang diberikan Allah Ta'ala" dan (2) "Menjadikan Allah Ta'ala sebagai pelindung dan tempat menggantungkan semua urusan". Skala ini telah diuji coba pada orang dewasa yang sudah bekerja dengan usia >24 tahun. Hasil penelitian Sartika dan Kurniawan (2015) menunjukkan bahwa koefisiensi reliabilitas *cronbach alpha* sebesar 0,950 yang berisikan 25 aitem dari dimensi keyakinan, tidak khawatir, ibadah, tawakal kepada Allah. Skala ini mengacu kepada skala Likert dengan menggunakan lima alternatif penjenjangan dari kondisi yang sangat *favorable* (sangat mendukung), yaitu jika menjawab Sangat Sesuai (ST) skornya 4, Sesuai (S) skornya 3, Tidak Sesuai (TS) skornya 2 dan Sangat Tidak Sesuai (STS) skornya 1. Penyekoran untuk aitem-aitem *unfavorable* dilakukan secara terbalik.

Alat ukur kedua dalam penelitian ini digunakan untuk mengukur resiliensi akademik. Skala resiliensi akademik ini disusun oleh Hardiansyah dkk. (2020). Aspek-aspek resiliensi akademik meliputi (1) Penyesuaian Diri yang meliputi indikator beradaptasi dengan tekanan akademik, mengubah diri sesuai keadaan, mengendalikan perasaan frustrasi akan permasalahan akademik, (2) Ketangguhan yang meliputi indikator penguatan diri, bertahan menghadapi permasalahan akademik, (3) Kecerdasan menghadapi kesulitan dengan indikator berpikir ke depan dan mengidentifikasi kesulitan, (4) Pemecahan Masalah dengan indikator mampu mencari jalan keluar dan mengatasi permasalahan. Jumlah aitem yang valid adalah 27 aitem. Aitem-atem dalam skala ini adalah (1) "Saya meyakinkan diri untuk mampu menyelesaikan tugas yang sulit" dan (2) "Saya tetap mengerjakan tugas, meskipun tugas tersebut di luar kemampuan saya". Uji coba ini dilakukan pada 160 mahasiswa. Setelah data terkumpul, pengolahan data dilakukan dengan pemberian skor penelitian. Hardiansyah dkk (2020) menunjukkan bahwa skala ini memiliki koefisien korelasi aitem-total yang bergerak antara 0.301 sampai dengan 0.804. Sementara koefisien alpha sebesar 0.784. Skala ini mengacu kepada skala Likert dengan menggunakan lima alternatif penjenjangan dari kondisi yang sangat *favorable* (sangat mendukung), yaitu jika menjawab Sangat Sesuai (ST) skornya 4, Sesuai (S) skornya 3, Tidak Sesuai (TS) skornya 2 dan Sangat Tidak Sesuai (STS) skornya 1. Adapun analisis data yang dilakukan menggunakan teknik uji korelasi *pearson product moment*. Sebelum dilakukan analisis hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang meliputi uji normalitas dan linearitas.

## HASIL

Dari hasil analisis data yang dilakukan dengan menggunakan uji normalitas kolmogorov smirnov diketahui bahwa sebaran data penelitian tawakal dan resiliensi akademik normal dengan signifikansi unstandardized residual  $p=0.200$  ( $p>0.05$ ). Sedang hasil uji linearitas antara tawakal dan resiliensi akademik menunjukkan hasil  $p=0.001$  ( $p<0.05$ ) yang berarti kedua variabel tersebut memiliki hubungan yang linear.

Dari hasil uji hipotesis yang telah dilakukan pada variabel tawakal dan resiliensi akademik, Tabel 3 membuktikan bahwa terdapat hubungan antara kedua variabel. Hasil hipotesis penelitian ini pada Tabel.3 menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi  $r=0,340$  dengan koefisien signifikansi  $p=0,001$  ( $p <0,05$ ). Hal ini bermakna bahwa kedua variabel berkorelasi secara signifikan. Berdasarkan hasil uji hipotesis, dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan positif antara tawakal kepada Allah dan resiliensi akademik pada mahasiswa. Sehingga hipotesis dalam penelitian dapat diterima.

**Tabel 1.**

Uji Hipotesis Hubungan antara Resiliensi Akademik dan Tawakal			
Variabel	Pearson Correlation	Sig.	Keterangan
Tawakal * ResiliensiAkademik	.340**	<.001	Signifikan

## DISKUSI

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap hubungan antara tawakal dan resiliensi akademik pada mahasiswa Muslim Yogyakarta. Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan, membuktikan bahwa tawakal berhubungan secara positif dan meyakinkan dengan resiliensi akademik pada mahasiswa yang beragama Islam di Yogyakarta. Hasil penelitian ini searah dengan hipotesis penelitian. Hasil penelitian mendukung pandangan para ahli. Teori yang didukung adalah pendapat dari Qaradhawi (2004) bahwa rasa tawakal kepada Allah yang ada dalam diri seseorang akan membuatnya merasakan kekuatan spiritual dan jiwa. Hasil penelitian ini juga mendukung pandangan Nashori (2024) bahwa umat Islam -sebagaimana dicontohkan Nabi Muhammad dan umat Islam awal- tidak gentar menghadapi tantangan yang berat dikarenakan adanya tawakal dalam diri mereka.

Hasil penelitian ini juga mendukung hasil penelitian lainnya sebagaimana ditemukan oleh Al-Dubai et al (2011), Putri dan Uyun (2017), Riyanty dan Nurendra (2021). Hasil penelitian Putri dan Uyun (2017) menyatakan bahwa tawakal memiliki hubungan positif dengan resiliensi pada mahasiswa, yang berarti bahwa semakin tinggi tawakal maka resiliensi akan semakin tinggi pula. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan pendapat dari Al-Dubai et al. (2011) yang mengatakan bahwa koping religious merupakan salah satu bentuk strategi koping yang digunakan oleh mahasiswa dalam menghadapi berbagai tuntutan akademik. Riyanty dan Nurendra (2021) yang memandang bahwa tawakal kepada Allah merupakan *religious coping* dan menghasilkan penelitian bahwa bertawakal kepada Allah mempermudah untuk resiliensi dalam menghadapi hambatan-hambatan dalam perkuliahan. Menurut Pargament dan Exline (2020), koping religius adalah mekanisme coping yang melibatkan keyakinan dan praktik keagamaan.. Utami (2012) menemukan hubungan positif antara *positive religious coping* dengan kesejahteraan subjektif mahasiswa baik di kampus maupun dalam kehidupan pribadinya.

Temuan baru dalam penelitian ini adalah terkait dengan keterkaitan tawakal dan resiliensi akademik pada setting pembelajaran *blended learning*. Jika penelitian- penelitian sebelumnya menghubungkan tawakal dan resiliensi atau tawakal dan resiliensi akademik dengan setting

pembelajaran learning, penelitian ini secara spesifik menghubungkan tawakal dan resiliensi akademik dalam *setting blended learning*. Resiliensi akademik merupakan bagian dari resiliensi, namun fokus pada setting akademik. Ini berarti mahasiswa yang bertawakal kepada Allah akan memiliki resiliensi akademik yang tinggi ketika menjalani *blended learning*. Dalam menghadapi berbagai tantangan, ujian, tugas selama menempuh studi, beka tawakal kepada Allah akan mengantarkan mereka untuk bertahan dalam menjalankan studinya hingga studi dapat dirampungkan dengan sebaik-baiknya. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Husnar dkk (2017) bahwa tawakal dipandang sebagai salah satu modal penting yang bersumber dari agama yang dapat berfungsi bagi mahasiswa dalam menghadapi berbagai kesulitan, ancaman, hambatan dan situasi yang menekan dalam proses pembelajaran.

Pandangan tentang kekuatan resiliensi pada umat Islam didukung Mashudi (2020) dalam telaahnya terhadap *Tafsir Al-Muyassar*. Ia berpandangan bahwa Allah SWT akan menguji manusia dengan berbagai macam cobaan dan musibah, misalnya rasa takut, kelaparan, kehilangan harta, kehilangan orang yang dicintai, serta kekurangan makanan. Semua cobaan yang datang sesungguhnya berisi pelajaran dari Allah SWT kepada umat muslim agar terbentuk muslim yang kuat dan tangguh dalam menghadapi segala cobaan dan kesulitan. Seperti dalam hadits yang diriwayatkan oleh Shuhaib bin Sinan RA. bahwa Rasulullah SAW bersabda: *“Telah menceritakan kepada kami Haddab bin Al-Azdiy dan Syaiban bin Farrukh semuanya dari Sulaiman bin Al Mughirah dan lafaznya milik Syaiban. Sulaiman telah menceritakan kepada kami. Sabit telah menceritakan kepada kami dari Abdurrahman bin Abu Laila, dari Suhaib RA., berkata, Rasulullah SAW. bersabda: sungguh menakjubkan keadaan orang mukmin itu karena segala urusannya sangat baik baginya dan itu tidak akan terjadi kecuali bagi seseorang yang beriman dimana bila mendapatkan kesenangan ia bersyukur maka yang demikian itu sangat baik baginya, dan bila ia tertimpa kesusahan ia sabar maka yang demikian itu sangat baik baginya.”*

Berdasarkan uraian diatas, secara keseluruhan, penelitian ini berhasil menunjukkan bahwa tawakal berhubungan positif dengan resiliensi akademik pada mahasiswa Muslim di Yogyakarta, mendukung hipotesis dan pandangan teoretis sebelumnya. Temuan ini memperkuat argumen bahwa tawakal, sebagai bentuk coping religius, memainkan peran penting dalam membantu mahasiswa menghadapi tantangan akademik, terutama dalam konteks pembelajaran blended learning. Hasil penelitian juga menyelaraskan dengan pandangan bahwa tawakal meningkatkan kekuatan spiritual dan resiliensi, sebagaimana dikemukakan oleh berbagai ahli dan peneliti, termasuk Husnar et al. (2017) dan Mashudi (2020). Temuan ini menekankan pentingnya tawakal dalam meningkatkan resiliensi akademik dan menyarankan bahwa integrasi tawakal dalam strategi pembelajaran dapat memperkuat ketahanan mahasiswa dalam mengatasi berbagai kesulitan akademik.

Penelitian ini mengikuti prosedur ilmiah tetapi memiliki keterbatasan. Pertama, jumlah responden hanya 101 orang, sehingga hasilnya tidak dapat digeneralisasikan ke seluruh populasi. Idealnya, jumlah subjek harus ditentukan menggunakan rumus quota dan teknik probability sampling agar sampel mewakili populasi mahasiswa di Yogyakarta. Kedua, data belum sepenuhnya bebas dari bias social desirability. Oleh karena itu, disarankan untuk menggunakan instrumen social desirability di penelitian berikutnya untuk mengidentifikasi bias dalam pengisian data, mengingat bahwa social desirability bias dapat mempengaruhi pengukuran self-report behaviors (Mensch & Kandel, 1988; Paulhus, 1991).

## KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian, mahasiswa dengan tingkat tawakal yang tinggi cenderung memiliki resiliensi akademik yang lebih baik dibandingkan mahasiswa dengan tingkat tawakal rendah.

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa resiliensi dipengaruhi tidak hanya oleh faktor sosial psikologis tetapi juga oleh spiritualitas. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar dilakukan dalam jangka waktu yang lebih panjang untuk memperoleh jumlah responden yang memadai dan representatif. Selain itu, penggunaan instrumen social desirability disarankan untuk mengidentifikasi bias dalam pengisian instrumen dan memastikan konsistensi serta keakuratan jawaban dari subjek.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ad-Dumaji, A.B.U. (2000). *Rahasia Tawakal Sebab dan Musabab*, Terj. Kamaludin Sa'diatulharamaini. Pustaka Azzam.
- Al-Buthy, M.S.R. (1996). *Sirah Nabawiyah 3 dan Sejarah Singkat Khilafah Rasyidah*. Robbani Press.
- Al-Dubai, S. A., al-Naggar, R. A., al-Shagga, M. A., & Rampal, K. G. (2011). Stress and coping strategies of students in a medical faculty in Malaysia. *Malaysian Journal of Medical Science*, 18(3), 57-64.
- Al-Jauziyyah, I.Q. (2003). *Madarij as-Salikin*, Juz II, Kairo: Dar-Hadis.
- At-Tuwajjiri, M. I. A. (2014). *Ensiklopedia manajemen hati: Fiqih ibadah*. Darus Sunnah.
- Azwar, S. (2009). *Metode Penelitian*. Pustaka Pelajar.
- Bustam, Z., Gismin, S.S., & Hasniar A. Radde, H.A. (2021). Sense of humor, self-compassion, dan resiliensi akademik pada mahasiswa [Humour Sense, Self-Compassion, and Academic Resilience in Students]. *Jurnal Psikologi Karakter*, 1 (1), 17-25.
- Bonk, C.J. & Graham, C.R. (2006). *Handbook of blended learning: Global perspectives, local designs*. Pfeiffer Publishing
- Cassidy, S. (2016). The academic resilience scale (ARS-30): a new multidimensional construct measure. *Frontiers in Psychology*, 7(Nov), 1–11.  
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01787>
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and anxiety*, 18(2), 76-82.
- Garrison, D. R., & Vaughan, N. D. (2008). *Blended learning in higher education: Framework, principles, and guidelines*. John Wiley & Sons.  
<https://doi.org/10.1002/9781118269558>
- Habibah, R., Lestari, S. D., Oktaviana, S. K., & Nashori, F. (2018). Resiliensi pada penyintas banjir ditinjau dari tawakal dan kecerdasan emosi. *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*, 1(1), 29-36. <https://doi.org/10.15575/jpib.v1i1.2108>
- Harahap, A. C. P., Harahap, S. R., & Harahap, D. P. S. (2020). Gambaran resiliensi akademik mahasiswa pada masa pandemi covid-19. *Al-Irsyad: Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 10(2). <https://doi.org/10.30829/al-irsyad.v10i2.8541>
- Hardiansyah, H., Putri, A.P., Wibisono, M. D., Utami, D. S., & Diana, D. (2020). Penyusunan alat ukur resiliensi akademik. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 9(3), 185-194.  
<https://doi.org/10.30872/psikostudia.v9i3.3159>
- Husnar, A. Z., Saniah, S., & Nashori, F. (2017). Harapan, tawakal, dan stres akademik. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 94.  
DOI: [10.21580/pjpp.v2i1.1179](https://doi.org/10.21580/pjpp.v2i1.1179)
- Hayat, A. A., Choupani, H., & Dehsorkhi, H. F. (2021). The mediating role of students'

- academic resilience in the relationship between self-efficacy and test anxiety. *Journal of Education and Health Promotion*, 10. [https://doi.org/10.4103/jehp.jehp\\_35\\_21](https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_35_21)
- 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.
- Mashudi, K. (2020). Telaah Tafsir Al-Muyassar. *Intelegensia Media*, Edisi, 1, 399-400. Malang.
- Mensch, B. S., & Kandel, D. B. (1988). Dropping out of high school and drug involvement. *Sociology of education*, 61(2), 95-113.
- Missasi, V., & Izzati, I. D. C. (2019, November). Faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi. In *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan* (pp. 433-441).
- Nashori, H.F. (2024). *Tawakal: Perspektif Psikologi Islam*. Rajagrafindo.
- Nursadrina, A. N., & Andriani, D. (2020). Gambaran coping strategies pada mahasiswa Universitas Padjadjaran. *Journal of Psychological Perspective*, 2(1), 01-11.
- Okvella, C., & Setyandari, A. (2022). Resiliensi akademik mahasiswa tingkat akhir Program Studi Bimbingan dan Konseling tahun ajaran 2021/2022. *Journal of Counselling and Personal Development*, 15(2), 45-53. Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Pargament, K. I., Smith, B. W., Koenig, H., & Perez, L. (1998). Patterns of positive and negative religious coping with major life stressors. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 37(4), 710-724. <https://doi.org/10.2307/1388152>
- Pargament, K. I., & Exline, J. J. (2020). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. Guilford Press.
- Paulhus, D. L., & Reid, D. B. (1991). Enhancement and denial in socially desirable responding. *Journal of personality and social psychology*, 60(2), 307.
- Putri, A. S., & Uyun, Q. (2017). Hubungan tawakal dan resiliensi pada santri remaja menghafal quran di Yogyakarta. *Jurnal Psikologi Islam*, 4(1), 77-87.
- Qaradhawi, Y. (2004). *Tawakal: Jalan menuju keberhasilan dan kebahagiaan hakiki*. Al-Mawardi Prima.
- Riyanty, I. N., & Nurendra, A. M. (2021). Mindfulness dan tawakal untuk mengurangi depresi akibat pemutusan hubungan kerja pada karyawan di era pandemi covid-19. *Cognicia*, 9(1), 40-44.
- Sabiq, S. (1982). *Islam kita*. Penerbit Pustaka.
- Saputra, A. M., Faruqi, A., & Kurniawan, I. N. (2022). Tawakal kepada Allah memprediksi resiliensi akademik pada pembelajaran online. *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, 5(1), 01-10. <https://doi.org/10.15575/jpib.v5i1.15832>
- Sartika, A., & Kurniawan, I. N. (2015). Skala tawakal kepada Allah: Pengembangan ukuran-ukuran psikologis surrender to God dalam perspektif Islam. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 20(2), 129-142. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol20.iss2.art3>
- Septiani, T., & Fitria, N. (2016). Hubungan antara resiliensi dengan stres pada mahasiswa sekolah tinggi kedinasan. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 07(02), 59-76.
- Shahih Muslim Online, [https://carihadis.com/Shahih\\_Muslim/5318](https://carihadis.com/Shahih_Muslim/5318), diakses 15 Agustus 2022.

- Soemiarti, T. S., & Runnals, D. R. (2001). *Agama spiritualisme dalam dinamika 25 ekonomi politik*. Muhammadiyah University Press.
- Utami, M. S. (2012). Religiusitas, koping religius, dan kesejahteraan subjektif. *Jurnal Psikologi (UGM)*, 39(1), 46-66.
- Warsito, H. (2012). Hubungan antara self-efficacy dengan penyesuaian akademik dan prestasi akademik (Studi Pada Mahasiswa FIP Universitas Negeri Surabaya). *Pedagogi: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 9(1), 29-47. <https://doi.org/10.24036/pedagogi.v9i1.119>
- Wong-McDonald, A., & Gorsuch, R. L. (2000). Surrender to God: An additional coping style?. *Journal of Psychology and Theology*, 28(2), 149-161.