Jurnal Pengabdian Masyarakat
I-Com: Indonesian Community Journal
Vol. 3 No. 3, September 2023, Hal. 1354-1364
E-ISSN : 2809-2031 (*online*) | P-ISSN : 2809-2651 (*print*)

Pendampingan pada Mahasiswa Thailand dalam Meningkatkan Resiliensi Psikologis di Kampus Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember (UIN KHAS)

Anugrah Sulistiyowati[1*], Zainul Fanani[2]

[1, 2] Universitas Islam Negeri KH. Achmad Siddiq Jember, Indonesia
*anungalink@gmail.com

ABSTRAK

Mahasiswa Thailand adalah mahasiswa asal Thailand yang berkuliah di Jember yang mengalami permasalahan terkait adaptasi, sehingga tidak sedikit mahasiswa ini berhenti kuliah di tengah jalan dan memilih untuk kembali ke Thailand atau les bahasa inggris, hal ini dikarenakan kurangnya pemahaman dalam bahasa Indonesia, kemampuan beradaptasi yang kurang membuatnya malu bahkan cemas ketika akan mengikuti kegiatan dalam kelas. Dalam hal ini cukup menyulitkan mahasiswa Thailand jika tidak diikuti dengan adanya resiliensi psikologis atau kemampuan untuk beradaptasi dan bangkit dari kesulitan yang didapatkan. Banyak intervensi yang dapat dilakukan, salah satunya pendampingan yang dilakukan untuk meningkatkan resiliensi dan mendorong mahasiswa untuk tetap bertahan dalam kondisi yang menekan. Hasil yang didapatkan mahasiswa dampingan berani memulai untuk berkomunikasi dengan teman kelasnya, lebih rajin dan mau berkontribusi dalam kelompok kelas. Mahasiswa Thailand dapat tetap bertahan di tempat yang baru dengan diberikan dukungan atau penguatan oleh lingkungan sekitarnya dan meyakinkan dirinya serta mendampingi atau memfasilitasi untuk mengembangkan potensinya.

Kata kunci: Adaptasi; Resiliensi; Mahasiswa Thailand

ABSTRACT

Thai students are students from Thailand who study in Jember who experience problems related to adaptation, so that not a few of these students stop studying midway by choosing to return to Thailand or take English lessons, this is due to a lack of understanding in Indonesian, a lack of adaptability makes them shy and even anxious when they are going to participate ini class activities. In this case, it is quite difficult for Thai students if it is not accompanied by psychological resilience or the ability to adapt and rise from the difficulties they encounter. Many interventions can be carried out, one of them is assistance, to increase resilience and encourage students to survive in stressful conditions. The results obtained by assisted are students have the courage to start communicating with their classmates, and students became more diligent and willing to contribute in class groups. Thai students can survive in a new place by being supported or reinforcement by the surrounding environment, convincing themselves, and accompanying or facilitating them to develop their potential.

Keywords*: Adaptability; Resiliense; Thai Student.*

PENDAHULUAN

Keputusan mahasiswa asal Thailand yang belajar di Indonesia tepatnya di Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember atau yang disingkat UIN KHAS Jember tentunya akan jauh dari fasilitas seperti saat di kampung halaman sendiri. Mereka menemukan banyak tantangan, terutama dalam hal bahasa yang menjadi kebutuhan sehari-hari, dalam proses belajar, dan bersosialisasi selama di Indonesia. Tidak hanya bahasa saja, adapun cuaca, budaya, norma atau aturan, value hingga pada perbedaan menu makanan menuntut mahasiswa Thailand untuk bisa

THIS WORK IS LICENSED UNDER A CREATIVE COMMONS ATTRIBUTION 4.0 INTERNATIONAL LICENSE

cepat beradaptasi dengan perbedaan yang ada, dan tidak menutup kemungkinan banyak yang sulit untuk beradaptasi dalam hal ini.

Bagi mahasiswa asal Thailand yang tidak bisa beradaptasi dengan baik, maka memungkinkan muncul konflik internal hingga gagal dalam menyesuaikan diri. Akibatnya mereka akan terguncang jiwa dan raganya, bahkan kegagalan mereka dalam beradapatasi dengan kehidupan yang baru akan menjadikan mereka stress hingga depresi. Berdasarkan hasil wawancara pada beberapa Ketua Program Studi di UIN KHAS Jember didapatkan bahwa mahasiswanya yang tidak dapat beradaptasi dengan baik memilih untuk tidak kuliah atau membolos, pergi kursus Bahasa di Kediri, bahkan berhenti tanpa kabar atau pulang kembali ke kampung asal. Dalam hal ini, perlu dilakukan upaya-upaya untuk membantu mahasiswa Thailand yang berada di kampus UIN KHAS Jember dalam beradaptasi, sehingga muncul ketahanan psikologis (resiliensi) dalam diri mereka, dan diharapkan mampu bertahan hingga dapat menyelesaikan studinya di kampus UIN KHAS Jember.

Hasil observasi awal proses pembelajaran mahasiswa Thailand di kelas nampak terlihat kesulitan dalam memahami informasi terkait penjelasan matakuliah yang disampaikan oleh dosen, hal ini nampak saat ditanya terkait mata pelajaran yang sedang diajari, subjek tidak dapat menjawabnya, mereka memiliki kesulitan dalam memahami Bahasa Indonesia serta Bahasa Inggris, sehingga mereka juga kesulitan dalam menyampaikan tugas-tugas yang berkenaan dengan tugas kelompok seperti presentasi. Tidak hanya itu, mahasiswa Thailand juga menghadapi kesulitan dalam berkomunikasi dengan teman maupun dosen di kelas. Selain itu kurangnya keterlibatan mahasiswa Thailand selama proses di kelas maupun di luar kelas menjadi salah satu alasan peneliti untuk memberikan pendampingan.

Hasil temuan awal dari proses penggalian data beberapa mahasiswa merasa tertekan dengan kurangnya pemahaman dalam kelas, disamping itu ketika berbicara terkadang ditertawakan karena kurang jelas dan kadang tidak dimengerti, hal tersebut membuat mahasiswa Thailand merasakan malu dan kurang giat mengikuti pembelajaran dikelas, ditambah dengan kondisi dosen kadang memberikan tugas yang sama antara mahasiswa dari Indonesia dengan mahasiswa asal Thailand, menambah kecemasan pada mahasiswa yang juga harus melakukan presentasi di depan kelas dan penilaian yang didapat disamakan, dimana seharusnya mahasiswa asal Thailand memiliki pengecualian dalam mendapatkan penilaian karena mahasiswa tersebut memiliki kemampuan pemahaman yang berbeda dengan mahasiswa asal Indonesia sendiri. Hal ini juga cukup menyulitkan mahasiswa Thailand jika tidak diikuti dengan adanya kemampuan untuk bangkit dan beradaptasi dengan kesulitan yang didapat.

Kemampuan untuk beradaptasi dan bangkit dari kesulitan bukanlah suatu kebetulan belaka, namun ada faktor yang mendorong mahasiswa untuk tetap bertahan dalam kondisi yang sulit. Grotberg (2000) menyampaikan kemampuan seseorang yang dapat kembali bangkit dan berhasil mengatasi pengalaman hidup yang menyakitkan di sebut dengan kemampuan resiliensi. Disamping itu Kaplan, dkk (dalam Wiwin,

2018). menyebutkan bahwa resiliensi adalah kapasitas untuk mempertahankan kemampuan, untuk berfungsi secara kompeten dalam menghadapi berbagai stresor kehidupan. Kapasitas untuk mempertahankan kemampuan, untuk berfungsi secara kompeten dalam menghadapi berbagai stresor kehidupan adalah inti dari konsep resiliensi, seperti menurut Grotberg (2000) resiliensi melibatkan kemampuan seseorang untuk bertahan dan beradaptasi dalam menghadapi tantangan, serta kapasitas dalam menghadapi dan mengatasi masalah setelah mengalami kesengsaraan. Perkembangan resiliensi dalam kehidupan seseorang ditengah tantangan dan kesulitan yang dihadapi, mampu menunjukkan kekuatan psikologis dan karakter yang positif memungkinkan bagi mereka untuk tangguh menghadapi tekanan atau kesulitan dengan cara-cara yang adaptif.

Pelatihan *achivement motivation* diberikan untuk meningkatkan resiliensi sehingga mahasiswa Thailand tersebut tidak mudah menyerah dan tetap berjuang dengan kondisi yang diterimanya. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rizki Harier Muiz, dkk (2015) bahwa dukungan kelompok dapat meningkatkan resiliensi. Disamping itu *Lely Wahyu Diana (2021) dalam penelitiannya* Efektivitas Konseling Kelompok Pendekatan *Solution-Focused Brief Counseling (SFBC)* untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa SMP Islam Al Amal Surabaya. Gambaran hasil Pendekatan SFBC dalam konseling kelompok secara signifikan efektif untuk meningkatkan sikap resiliensi siswa SMP Islam Al Amal Surabaya, ia menggunakan metode penelitian *Pra-Eksperimen One Grup Pre-Test* dan *Post-Test Design.*

Proses pendampingan yang akan dilakukan menurut Suharto (2006) Pemungkinan atau fasilitasi yang berfungsi dalam memberikan motivasi dan kesempatan bagi mahasiswa Thailand. Penguatan dilakukan dalam hal kaitannya dengan Pendidikan atau pelatihan untuk memperkuat kapasitas dari mahasiswa Thailand sendiri, pendamping dalam hal ini memiliki peran aktif dalam memberikan masukan positif berdasarkan permasalahan dan pengalaman serta memberikan diskusi terkait pengetahuan dan pengalaman yang dirasakannya. Perlindungan dilakukan untuk hal yang berhubungan antara pendamping dengan lembaga eksternal atau yang berkait, dalam hal ini membangun atau meningkatkan hubungan mahasiswa Thailand dengan organisasi pendamping, bahkan dengan pendidik sekaligus, kegunaan dari perlindungan juga dapat menjadi konsultan terhadap pemecahan masalah. Proses pendampingan terakhir adalah pendukungan, yaitu pendamping juga dapat berfungi sebagai analisis sosial dalam mengelola dinamika dalam komunitas mahasiswa Thailand, menjalin relasi, dan dapat mengorganisasi kelompok.

METODE PELAKSANAAN

Metode pendampingan yang dilakukan pada mahasiswa asal Thailand di UIN KHAS Jember difokuskan pada peningkatan resiliensi dengan pemberian *Achivement Motivation*, yaitu: Pertama dilakukan pemetaan terhadap mahasiswa Thailand yang kuliah di UIN KHAS Jember sebagai tahap identifikasi pada program pendampingan ini, tim melakukan pemetaan terhadap mahasiswa Thailand sebagai mahasiswa aktif,

diminta mengisi persetujuan, pengisian *pretest* dilakukan untuk mengetahui gambaran resiliensi psikologis sebelum diberikan pendampingan dan dilakukan wawancara awal tentang permasalahan umum dan akademik. Tujuan pada tahap ini adalah supaya dapat memperoleh peta permasalahan yang berkaitan dengan akademik serta permasalahan umum yang ditemui mahasiswa Thailand, serta untuk mendapatkan data tingkat resiliensi dan untuk mendapatkan jumlah mahasiwa yang bersedia mengikuti program pendampingan.

Pada tahap ini mahasiswa dampingan diberikan penguatan dengan diberikan beberapa fasilitas kegiatan seperti *Focus Group Discussion* (FGD), konseling kelompok, dan pelatihan *Achievement Motivation*. Tujuan pada tahap ini FGD dilakukan untuk mendapatkan data tentang pemahaman mahasiswa dampingan dan tingkat resiliensi ketika berada dalam group, serta memilih ketua tim dalam proses dampingan dimana ketua dipilih berdasarkan skala resiliensi tertinggi, konseling kelompok diberikan untuk mengungkap permasalahan dan saling menguatkan ketika bertemu dengan kelompok yang memiliki permasalahaan yang sama, lalu diberikan pelatihan *Achivement Motivation* untuk meningkatkan motivasi dan resiliensi psikologis pada dampingan. Pada tahap ini bisa menjadi sarana bagi mahasiswa Thailand memiliki resiliensi yang tinggi sehingga mampu bertahan dengan tuntutan yang ada.

Mahasiswa Thailand yang telah mendapatkan pelatihan dilakukan evaluasi secara berkala dan diberikan skala *posttest*. Instrumen ini menggunakan skala Resiliensi yang dikembangkan oleh Connor-Davidson *Resilience Scale* (CD-RISC) dengan nilai alpha Cronbach = 0.85, yang terdiri dari 5 item dan terbagi dalam 5 aspek yaitu 1) Kompetensi personal, standar yang tinggi dan Keuletan, 2) Kepercayaan terhadap diri sendiri, memiliki toleransi terhadap efek negatif, dan kuat menghadapi stress, 3) Menerima perubahan secara positif dan dapat menjalin hubungan yang aman dengan orang lain, 4) Pengendalian diri, dan 5) Pengaruh spiritual (Singh, & Yu., 2010).

Dari skala resiliensi yang diberikan saat *pretest* dan *posttest* juga digunakan untuk mengambil data dengan wawancara awal dan akhir dengan metode wawancara, berdasarkan skala *pretes* dan menambah dua koomponen yang diungkapkan oleh Cicchetti dan Rogosch yaitu (1) Kemampuan dalam menyesuaikan diri saat menghadapi situasi sulit dan menekan, kemampuan dalam menghadapi hambatan dan ancaman yang berat dalam kehidupan. (2) Kemampuan individu dalam melakukan penyesuaian positif terhadap situasi.

Hasil kegiatan yang dilakukan analisa dengan melihat perbedaan tingkat resiliensi sebelum dan sesudah dilakukan pendampingan dianalisis menggunakan SPSS menggunakan uji beda dengan Teknik analisis *t-test* dilakukan untuk membandingkan selisih antara skor *pretest* dan skor *posttest* untuk mengetahui apakah proses dampingan, FGD, konseling kelompok, serta pelatihan *Achivement Motivation* meningkatkan resiliensi psikologis pada mahasiswa Thailand di UIN KHAS Jember. Selanjutnya dilakukan analisis data secara bersamaan dengan hasil wawancara untuk dapat menambah data dan menyimpulkan hasil penelitian

HASIL KEGIATAN

Pelaksanaan Kegiatan

Tahap pertama dilakukan pemetaan terhadap mahasiswa Thailand yang berada dilingkungan UIN KHAS Jember dengan mendata Mahasiswa Thailand yang sedang berada di Jember, terdapat 18 Mahasiswa yang berada di Jember, kendalanya banyak mahasiswa yang kembali ke negara asal karena kuliah dilakukan secara daring selama 2 tahun. Setelah itu mulai dilakukan pendataan dan wawancara awal serta pengisian *informed concent* untuk kesediaan mengikuti program pendampingan, dalam hal ini hanya 15 mahasiswa yang bersedia. Setelah mendapatkan persetujuan diberikan lembar *pretest* untuk mengetahui gambaran resiliensi awal, serta dilakukan wawancara untuk mendapatkan data permasalahan yang dialami selama di Jember.

Pelaksanaan kegiatan intervensi yang diberikan yaitu FGD, konseling kelompok, dan pemberian Pelatihan *Achievement Motivation* dilakukan pada tanggal 12 dan 13 Agustus 2022. Pada saat dilakukan intervensi hari pertama yang diawali dengan sharing ditentukan ketua dalam kegiatan tersebut yang didapatkan dari hasil *pretest* dengan tingkat resiliensi tertinggi. Dilanjutkan dengan kegiatan FGD dan konseling kelompok yang tertera dalam gambar 1. Hal ini dilakukan dengan tujuan untuk mendapatkan pemahaman tentang permasalahan dan resiliensi partisipan serta memberikan peluang untuk saling terbuka dalam mengungkapkan pendapatnya dalam contoh kasus yang diberikan dan diminta untuk dipecahkan, diawal kegiatan masih perlu dukungan untuk saling melakukan diskusi dan masih menggunakan bahasa daerah.

Gambar 1. Kegiatan FGD dan Konseling Kelompok

Setelah kegiatan FGD diberikan waktu istirahat, dilanjutkan dengan konseling kelompok, pemberian konseling kelompok dilakukan untuk mengungkapkan permasalahan yang dialami baik secara akademik maupun secara umum yang diharapkan akan muncul pada proses konseling kelompok dan saling mengungkapkan serta memberikan pemahaman bagi subyek bahwa permasalahan yang dialami juga dapat dialami orang lain dan dapat meningkatkan kepercayaan diri dan motivasi didalamnya. Hasil dari konseling kelompok didapatkan banyak permasalahan yang

dihadapi tidak hanya berkaitan dengan masalah akademis dan adaptasi, akan tetapi permasalahan ekonomi, kurangnya komunikasi, hingga permasalahan kebijakan.

Pelatihan *achievement motivation* yang bertujuan untuk meningkatkan motivasi sehingga diharapkan partisipan memiliki semangat untuk melanjutkan proses belajar hingga selesai meskipun memiliki banyak rintangan, dan juga memiliki kemampuan untuk tetap bertahan dengan kondisi yang sulit dan bangkit ketika mengalami kegagalan, serta mencari bantuan untuk menyelesaikan permasalahannya. Dalam kegiatan pelatihan *Achievement motivation* dengan pemateri yaitu bapak Inggit Prayugo, M.Psi., Psikolog dengan memberikan materi terkait "KIAT SUKSES & MOTIVASI BELAJAR DI PERGURUAN TINGGI" serta "SUKSES ADALAH PILIHAN ANDA SENDIRI", dalam hal ini isi materi disampaikan sebagai berikut: (1) Pengertian motivasi serta bahwa motivasi yang cukup akan mampu menyelesaikan pembelajara apapun dan pada level manapun. (2) Motivasi intrinsik dan ekstrinsik, (3) Sukses belajar terjadi ketika tujuan belajar tercapai, (4) Menentukan tujuan yang akan menjadi titik tolak seluruh langkah, (5) Kuasai keterampilan belajar untuk mendukung keberhasilan, (6) Mengerjakan tugas dan menghindari menunda, action dalam mencapai tujuan, (7) Meningkatkan kepercayaan diri dan memupuk rasa percaya diri (8) Ulet dan gigih hingga sampai pada tujuan, (9) Resliensi sebagai kemampuan untuk bangkit menghadapi kesulitan dan karakteristik resiliensi (10) Menjaga kesehatan dan pengelolaan stress dengan baik

Gambar 2. Pemberian Materi *Achivement Motivation*

Setelah diberikan materi diakhiri dengan diberikan video serta sharing yang tertera dalam gambar 3. terkait materi yang didapatkan, dan feedback dari hasil kegiatan yang dilakukan selama dua hari tersebut. Sehingga didapatkan feedback pada beberapa peserta bahwa permasalahan yang dialami akan selesai ketika seseorang mencari jalan keluar dengan berusaha dan tetap semangat dari dalam diri dan mencari dukungan dari luar diri ketika mendaptkan kendala untuk saling memberikan kekuatan, serta memupuk kepercayaan diri untuk dapat lebih bertanggungjawab dan yakin akan kemampuan yang dimiliki, serta terus bangkit untuk mencapai tujuan karena orang yang sukses tidak pernah lepas dari pengalaman gagal.

Gambar 3. Pemutaran Video dan Sharing

Setelah pelatihan *achievement motivation* dilakukan pengukuran kembali yaitu *posttest* untuk mendapatkan hasil dari pengukuran setelah mendapatkan pendampingan. Dilanjut dengan proses evaluasi yang berjalan hingga September.

Hasil Kegiatan

Setelah dilakukan analisis data *pretest* dan *posttest* didapatkan nilai *mean pre-test* sebesar 51.33 dan *mean post-test* 79.00 dengan nilai t sebesar -20.695 pada Sig. (2-tailed) sebesar 0.001 ($p<0.01$), secara kuantitatif artinya terdapat perbedaan tingkat resiliensi sebelum diberikan dampingan (pretest) dan setelah diberikan dampingan (posttest), hal tersebut menunjukan bahwa proses dampingan (seluruh kegiatan dampingan, FGD, konseling kelompok, dan pelatihan *Achivement Motivation*) yang dilakukan dapat meningkatkan resiliensi psikologis pada mahasiswa Thailand.

Gambaran awal resiliensi psikologis mahasiswa Thailand masih dapat dikatakan rendah, dampingan yang masih kurang mampu beradaptasi secara positif memilih untuk diam ketika berada dalam kelas dan tidak mengikuti kegiatan kuliah (bolos) ketika teman yang dikenal tidak masuk kelas, hal ini diungkapkan karena beberapa subyek dampingan merasa tidak akrab dengan teman lainnya sehingga tidak berani untuk mendekatkan diri dengan teman yang lainnya, disamping itu terkadang didalam kelas kurang nyaman karena ketika berbicara sering menjadi bahan tertawaan oleh temannya serta jika tidak menjawab kadang dikatakan sombong membuat mereka memilih untuk diam ketika dalam kelas, disamping itu beberapa subyek dampingan juga pernah mendapatkan julukan “Gajah” dan terkadang diejek dengan bahasa daerah yang dirasa tidak sopan membuat subyek dampingan menjadi tidak berani untuk bergaul dengan teman kelasnya. Hal lain yang dilakukan subyek dampingan tidak jarang keinginan untuk kembali ke tempat asal muncul karena banyak hal yang didapatkan seperti, kondisi ekonomi orang tua yang pas-pasan yang harus memikirkan pembayaran kuliah, trasnportasi, visa, hingga uang selama di Indonesia, disamping itu terkadang pengurusan surat yang membutuhkan waktu.

Hasil evaluasi dikatakan bahwa subyek dampingan mulai mampu mengajak berbicara terlebih dahulu terhadap temannya meskipun harus mencoba dengan

memaksakan diri, serta lebih rajin masuk kelas meskipun teman akrabnya tidak mengikuti kelas, subyek mengingatkan diri bahwa kesuksesan berawal dari dalam diri seperti motivasi bukan hanya dari luar diri, hingga saat ini subyek merasa bahwa dirinya masih berusaha untuk lebih baik lagi dalam berkomunikasi dan berteman.

Gambaran resiliensi awal pada subyek dampingan kurangnya kemampuan dalam menyesuaikan diri ketika mendapatkan tekanan seperti tugas dari dosen atau tugas kelompok yang dirasa tidak mampu dikerjakan namun tidak mampu untuk mengungkapkan pendapatnya, karena akan dianggap tidak mau menyelesaikan tugasnya membuat subyek dampingan mengerjakan tugasnya asal-asalan dan hasil yang didapatkan tidak maksimal, namun dari hasil evaluasi didapatkan bahwa beberapa subyek dampingan sudah mulai mampu mengungkapkan pendapatnya bahwa dirinya kurang paham terkait tugas yang diberikan, adapula subyek dampingan mulai mencari alternatif dengan belajar membaca buku atau jurnal yang berkaitan dengan kuliah, sehingga membuat subyek dampingan merasa lebih paham terkait tugas kuliahnya, disamping itu mencoba untuk bertanya kepada dosen terkait materi yang kurang paham, serta beberapa subyek dampingan mulai memiliki inisiatif untuk mengerjakan tugas bersama baik dengan teman sesama asal Thailand maupun teman kelas, namun untuk berdiskusi dengan teman sekelas masih kurang rutin diikuti.

Dalam hal ini subyek dampingan cukup mampu menunjukkan usahanya untuk menyesuaikan diri dalam hal komunikasi dan akademik yang selama ini dirasa sulit. Disamping itu juga subyek dampingan tidak terlalu peduli dengan olokan yang selama ini didapatnya, karena ketika subyek dampingan memikirkan perkataan temannya membuatnya menjadi tidak berani lagi. Mencoba beradaptasi dengan keadaan di lingkungan sekitarnya dengan berusaha membuka usaha kecil, Selain itu subyek dampingan beserta himpunannya ikut serta dalam menampilkan budaya dalam karnaval di Jember, subyek dampingan merasa mampu melakukan karena bersama dengan himpunannya atau ada dukungan dari kelompok yang sama .

Hal ini menunjukkan subyek dampingan mulai mampu menyesuaikan diri yang lebih positif dengan tetap berbaur ketika berada didalam kampus maupun diluar kampus, disamping itu mereka mulai beradaptasi dengan keadaan dirinya untuk berusaha menambah uang saku dan membantu perekonomian keluarga serta mengenalkan identitas dirinya dengan menjual minuman khas Thailand, dimana bahan bakunya didatangkan langsung dari Thailand. Dalam hal ini subyek dampingan mulai melakukan penyesuain positif terhadap situasi dan tuntutan yang ada, meskipun masih butuh dukungan dari pedamping dan dari teman-teman sesama asal Thailand yang ada di Jember dan sekitarnya untuk terus saling mendukung. Karena resiliensi diungkapkan sebagai hasil dari proses bertahan dan bangkit serta melakukan adaptasi dari kondisii hidup yang kurang menguntungkan menurut Hayter dan Dorstyn (2014).

Pendampingan menurut Suharto (2006) merupakan suatu strategi yang sangat menentukan keberhasilan program pemberdayaan masyarakat. Sesuai dengan prisip pekerjaan sosial, yakni membantu orang agar membantu dirinnya sendiri atau sebgai

pendamping. **Pemungkinan atau fasilitasi** yang berfungsi untuk mengembangkan potensi secara optimal dengan menciptakan suasana dan menghilangkan sekat yang menghambat dalam memberikan motivasi dan kesempatan mahasiswa Thailand sebagai subyek dampingan diberikan fasilitas untuk mengembangkan potensi yang dimiliki dengan optimal dengan mengajak subyek dampingan untuk berbaur dengan orang banyak tanpa memberikan sekat orang Indonesia dan Thailand untuk mencapai tujuan dan harapan kedepan yaitu untuk bertahan dengan kondisi lingkungan dan mampu menyelesaikan kuliah hingga lulus. **Penguatan** dilakukan kaitannya dengan pendidikan atau pelatihan untuk memperkuat kapasitas dari subyek dampingan, pendamping dalam hal ini memiliki peran aktif dalam memberikan masukan positif berdasarkan permasalahan dan pengalaman serta memberikan diskusi terkait pengetahuan dan pengalaman yang dirasakan oleh subyek dampingan, dalam hal ini kegiatan pendampingan hingga pelatihan *Achivement Motivation* yang diberikan untuk memperkuat kemampuan dan pengetahuan yang dimiliki subyek dampingan dalam rangka memecahkan permasalahan yang dihadapi dan memenuhi kebutuhan dalam kehidupannya, serta menumbuhkan kemampuan dan percaya akan kemampuan yang dimiliki yang akan menunjang tujuan hidupnya dengan mandiri.

Perlindungan dilakukan untuk hal yang berhubungan antara pendamping dengan lembaga eksternal atau yang berkait, dalam hal ini membangun atau meningkatkan hubungan mahasiswa dengan organisasi, pendamping, bahkan dengan pendidik sekaligus, kegunaan dari perlindungan juga dapat menjadi konsultan terhadap pemecahan masalah yang dihadapi, subyek dampingan juga mengetahui kemana mereka harus menyampaikan permasalahan dan mendapatkan arahan terkait kesehatan mental untuk datang pada biro konseling dan layanan psikologi, kepengurusan administrasi kenegaraan dalam kampus serta meningkatkan hubungan dengan dosen pembimbing serta pendamping dalam organisasi. Proses pendampingan yang terakhir yaitu **pendukungan**, dalam hal ini pendamping juga dapat berfungi sebagai analisis sosial dalam mengelola dinamika dalam komunitas mahasiswa Thailand, menjalin relasi, dan dapat mengorganisasi kelompok, tim pendamping dapat memberikan bimbingan dan dukungan supaya subyek dampingan dapat berperan lebih aktif dalam kelas maupun luar kelas sehingga dapat mencapai tujuan dan tidak kembali pada kondisi sebelumnya. Pendampingan dilakukan yaitu untuk membantu subyek dampingan dalam hal ini mahasiswa Thailand agar dapat membantu dirinnya sendiri.

Adanya pendampingan pada mahasiswa Thailand dapat meningkatkan resiliensi psikologisnya, awalnya subyek masih kurang mampu mengekspresikan pendapatnya dan pengalamannya, namun setelah dilakukan proses dampingan subyek mulai mampu mengungkapkan pendapatnya dan menyampaikan rencana hingga cita-cita yang diimpikan. Disamping adanya pendampingan ada faktor lain yang mempengaruhi tingkat resiliensi salah satunya lama tinggal ditempat rantau, semakin lama seseorang tinggal ditempat baru, akan mempermudah individu tersebut berdaptasi dengan lingkungan barunya dan semakin tinggi pula tingkat resiliensinya, disamping itu semakin lama tinggal dtempat rantau juga dapat mempengaruhi cara

seseorang dalam mengatasi stress dan tantangan yang dihadapinya, artinya seseorang yang telah lama tinggal ditempat rantau mungkin sudah memiliki pengalaman menghadapi situasi sulit dan telah membangun keterampilan dalam mengatasi stress, sehingga tingkat resiliensinya lebih tinggi (Kate, Yoon, and Athur, 2010).

Penelitian dari Stefano, Ruini, Fava (2019) menyampaikan bahwa semakin lama seseorang berada di lingkungan baru semakin tinggi resiko terjadinya krisis identitas dan isolasi sosial jika seseorang merasa terasing dan juga dapat menurunkan resiliensi, karena akan bergantung pada cara seseorang dalam menangani dan mengatasi tantangan yang dihadapi selama tinggal di tempat baru, sehingga dukungan sosial seperti pendampingan sangat diperlukan dalam hal ini.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil pendampingan pada mahasiswa Thailand di UIN KHAS Jember untuk meningkatkan resiliensi psikologis terdapat perbedaan tingkat resiliensi psikologis sebelum diberikan dampingan (pretest) dan setelah diberikan dampingan (posttest), hal tersebut menunjukan bahwa dampingan (seluruh kegiatan dampingan, FGD, Konseling kelompok, dan pelatihan *Achivement Motivation*) yang dilakukan dapat meningkatkan resiliensi psikologis pada mahasiswa Thailand yang sedang menempuh studi di Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat terkait pendampingan pada mahasiswa Thailand di UIN KHAS Jember dalam meningkatkan resiliensi psikologis. Pelaksanaan selama tiga bulan merupakan waktu yang sangat singkat untuk memastikan program dampingan ini berhasil diterapkan. Pelaksanaan pendampingan ini berfungsi untuk memberikan wawasan dan praktik terkait bagaimana tetap bertahan dengan kondisi yang terkadang diluar kendali diri, meningkatkan kemampuan dalam melihat masalah sebagai tantangan bukan hambatan, menghadapi permasalahan dengan berbagai aspek, meningkatkan komunikasi yang lebih efekktif dengan lingkungan sekitar, dan beradaptasi dengan tuntutan disekitar kita.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapka terima kasih kepada UIN KHAS Jember, LP2M yang telah memberikan dukungan financial terhadap pengabdian ini. Mahasiswa asal Thailand yang terus berjuang untuk mencoba bertahan dan berusaha untuk menyelesaikan tanggungjawabnya, pemateri Bapak M. Inggit Prayugo, M.Psi., Psikolog, ibu Indah Roziah Cholilah, M.Psi., Psikolog, Mahasiswa Psikologi dan Pengembangan Masyarakat Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.

DAFTAR PUSTAKA

Cicchetti, D., & Toth, S. L. (1998). Perspectives on research and practice in developmental psychopathology. In W. Damon (Ed.), Handbook of child psychology (5th ed., Vol 4) New York: Wiley, 479-583

Connor, K. M., Davidson, Jonathan R. T. (2003). Development of a new resilience scale: the connor-davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety.* 18, 76-82.

Dr. Wiwin Hendriani (2018) "Resiliensi Psikologi; Suatu Pengantar". Hal 22

Diana, L. W., (2021). "Efektivitas Konseling Kelompok Pendekatan Solution Focused Brief Counseling (SFBC) Untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa SMP Islam Al Amal Surabaya". Jurnal Penelitian dan Pembelajaran Helper Vol. 38 No 1

Everall, R. D., Altrows, K.J., & Paulson, B. L (2006). "Creating a future: A study of resilience in suicidal female adolenscents". Journal of Counseling and Development, 84 (4), 461-470

Grotberg, H. (2000). "*Resilience for today: Gaining Strength From Adversity*. (Rev. Ed). USA: Greenwood Publishing Group, Inc.

Koba, Ignatia, S. A. B., dkk (2019). "Peran Pelatihan Self-Esteem Enhancement Dalam Meningkatkan Resiliensi Pada Residen Diyayasan "X" Sentul". Jurnal Humanitas Vol.3 No. 1, 31-50

Karen Reivich, Phd & Andrew Shatte, Ph.D. (2002) The Resilience factor 7 essential skills for overcoming lifes inevitable obstacles, united state of America

Muiz Rizki, H., dkk. (2015). "Efektifitas Terapi Dukungan Kelompok Dalam Meningkatkan Resiliensi Pada Remaja Penghubi Lembaga Permasyarakatan". Jurnal Intervensi Psikologi, Vol. 7 No. 2

Singh, K., & Yu, X. (2010). Psycomethric evaluation of the connor-davidson resilience scale (CD-RISC) in a sample of indian students. *J psychology.* 1(1), 23-30

Suharto, Edi (2006), "*Membangun Masyarakat Membangun Rakyat. Kajian Strategis Pembangunan Sosial dan Pekerja Sosial".* Rafika Aditama. Bandung.