

Hubungan *Self Regulated Learning* dengan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa Akhir yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Kota Makassar

The Relationship Between Self-Regulated Learning and Academic Resilience in Final Students Who are Working on Their Thesis in Makassar

Putri Divani Pareallo*, Sri Hayati, Sitti Syawaliah Gismin
Fakultas Psikologi Universitas Bosowa
Email: pareallodivani@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan *self regulated learning* dengan resiliensi akademik pada mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi di kota makassar. Adapun teknik pengambilan sampel menggunakan *nonprobability sampling* dengan metode teknik *purposive sampling*. Penelitian ini terdiri dari 350 responden mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi. Analisis penelitian ini menggunakan analisis korelasi *person product moment* menggunakan bantuan SPSS 22.0 for windows. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self regulated learning* berhubungan dengan resiliensi akademik sebesar 0.263 yang berarti kedua variabel memiliki hubungan yang positif.

Kata kunci: Resiliensi Akademik, *Self Regulated Learning*, Mahasiswa Akhir

Abstract

This study aims to determine whether there is a relationship between self-regulated learning and academic resilience in final students who are working on a thesis in Makassar city. The sampling technique uses nonprobability sampling with purposive sampling technique method. This study consisted of 350 final student respondents who were working on their thesis. This research analysis uses person product moment correlation analysis using the help of SPSS 22.0 for windows. The results showed that self-regulated learning is related to academic resilience by 0.263, which means that the two variables have a positive relationship.

Keywords: Academic Resilience, *Self Regulated Learning*, Final Year Students.

PENDAHULUAN

Menjadi seorang mahasiswa pastinya akan menghadapi permasalahan yang besar karena kita harus bisa menunjukkan hasil yang maksimal dalam proses belajar selama masa studi. Dalam dunia perkuliahan, mahasiswa banyak menghadapi permasalahan, aktivitas, tugas mata kuliah, apalagi mahasiswa tingkat akhir yang mendapat tekanan yang besar dibanding semester sebelumnya. Permasalahan yang sering dihadapi para mahasiswa akhir adalah proses penyusunan skripsi. Skripsi merupakan suatu hal yang harus diselesaikan untuk memperoleh gelar sarjana. (Raudah dan lestari 2015). mahasiswa akan lebih mudah mengalami kesulitan karena kemampuan belajar mereka yang memadai, rendahnya minat terhadap penelitian, lamanya waktu pengumpulan data dalam penelitian dan padatnya aktivitas diluar jam kuliah dan lebih lagi jika mahasiswa harus mengulang di semester sebelumnya. Permasalahan ini sering muncul ketika mahasiswa semester akhir harus menyelesaikan skripsinya.

Seorang mahasiswa harus menyelesaikan program studi dan menyelesaikan tugas akhir yaitu skripsi. Namun kenyataannya sebagian besar mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi menghadapi banyak kendala dan tekanan terkait dengan tugas akademik sehari-hari. Mereka kesulitan membagi waktu pengerjaan skripsinya dengan kegiatan lain diluar jam kuliah. proses penulisan skripsi yang panjang seperti pengumpulan data, kesulitan menulis, tidak mengasai bahasa inggris, sulit membaca jurnal,

masalah dengan pengujian dan masalah pribadi mereka dapat menjadi hambatan selama pengerjaan skripsi. Adanya sebuah proses untuk bertahan dapat mengantarkan mahasiswa pada keberhasilan dalam proses akademik. Mahasiswa yang mampu bertahan menghadapi tantangan di dalam perkuliahan adalah mahasiswa yang tangguh. Inilah yang disebut dengan ketahanan akademik. Ketahanan akademik didefinisikan sebagai kemampuan seseorang untuk meningkatkan kinerja akademik meskipun menghadapi tantangan akademik. (Cassidy 2016).

Resiliensi penting bagi mahasiswa karena resiliensi merupakan kemampuan atau upaya untuk bangkit setelah mengalami kegagalan dan selalu berusaha mengatasi berbagai rintangan yang sulit. Jadi ketahanan dalam belajar sangat penting bagi mahasiswa. Ketahanan akademik merupakan kemampuan untuk bangkit kembali dan bertahan mengatasi hambatan-hambatan dalam belajar dan dianggap sebagai karakter individu yang sangat berharga.

Ketahanan yang berada pada mahasiswa dapat membantu mereka yang menghadapi berbagai jenis permasalahan dan tantangan selama menempuh pendidikan di universitas. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Cheng & Catling (2015), mereka mendapatkan bahwa mahasiswa dengan ketahanan akademik yang rendah akan lebih rentan terhadap masalah psikologis sehingga kecil kemungkinannya untuk dapat mengurangi tekanan masalah akademik yang mereka hadapi. Mahasiswa yang resilien akan menunjukkan sikap positif terhadap berbagai macam kondisi yang menimbulkan tekanan sehingga mampu untuk menyelesaikan studi dengan hasil yang baik.

Karena itu mahasiswa memerlukan *self regulated learning* untuk dapat mengontrol diri dalam proses belajar. Proses ini disebut dengan strategi belajar untuk mengatur diri sendiri. mahasiswa akan mengurangi tekanan yang dihadapinya dengan mengatur diri dan mengendalikan emosi negatif yang dirasakannya dan berusaha agar selalu meningkatkan emosi positifnya. (Montalvo & Torres, 2004). Adanya sebuah *self regulated learning* pada diri individu bisa memotivasi dan meningkatkan regulasi diri dan emosi untuk mendapatkan sebuah tujuan dalam pembelajaran. Terlebih pada mahasiswa akhir dalam proses belajarnya mahasiswa mampu untuk mengontrol, mengatur, serta dapat memotivasi diri sendiri. mahasiswa yang mempunyai tujuan belajar yang baik untuk mencapai tujuan belajarnya, mampu mengevaluasi kemajuan pada diri sendiri, dan dapat mengatur emosi mereka saat belajar.

Resiliensi Akademik

Cassidy (2016) menjelaskan bahwa resiliensi akademik adalah sebuah kemampuan untuk meningkatkan keberhasilan dalam pendidikan meskipun mengalami sebuah kesulitan. Cassidy (2016) mengemukakan bahwa resiliensi akademik memiliki tiga aspek, diantaranya *perseverance*, merupakan ketekunan seorang individu yang tidak mudah menyerah. Aspek kedua yaitu, *reflecting and adaptive help-seeking* cara individu untuk meminta bantuan menandakan seseorang mengetahui kelemahan maupun kekurangannya. Dan yang ketiga *Negative affect and emotional response* (efek negatif dan respon emosional).

Benard (2004) menjelaskan bahwa resiliensi merupakan sebuah kemampuan untuk selalu bertahan dan dapat beradaptasi dengan kondisi atau situasi saat mengalami permasalahan. Individu yang memiliki resiliensi tinggi akan menghadapi masalah tersebut dan menyelesaikannya. Individu tersebut akan selalu berkembang meskipun lingkungannya berubah-ubah. Individu tersebut dapat berfikir cerdas, kreatif dan dapat belajar dari pengalaman. Meningkatnya sebuah resiliensi adalah hal yang penting bagi individu dalam menghadapi permasalahan dan kesulitan hidup.

Dalam konteks sebuah pendidikan resiliensi dimaknai sebagai resiliensi akademik. Yaitu sebuah kemampuan yang dimiliki oleh mahasiswa untuk dapat bertahan dalam kondisi yang sulit, dapat bangkit kembali dari keterpurukan, dapat mengatasi atau melewati sebuah kondisi yang sulit, dan mampu untuk beradaptasi secara positif terhadap tekanan-tekanan akademik. Seorang mahasiswa yang memiliki resiliensi tidak akan mudah merasa putus asa. Individu merasa optimis dan dapat berfikir positif. (Chermes, Hu & Garcia, 2001)

Self Regulated Learning

Self-regulated learning menurut Zimmerman (2004) merupakan kemampuan pelajar dalam meregulasi dirinya sehingga dapat aktif dalam proses belajar, baik secara metakognisi, motivasi, dan perilaku. Sementara itu, *self-regulated learning* adalah suatu kemampuan pelajar dalam mengontrol motivasi, tujuan akademik, mampu mengelola sumber daya manusia dan benda, serta bisa meregulasi perilaku dalam proses belajar.

Self-regulated learning merupakan usaha yang dilakukan individu agar dapat mengontrol diri untuk belajar secara aktif serta mengatur perasaan, tindakan dan pikiran agar dapat mencapai tujuan akademis

secara mandiri. Selain itu *self-regulated learning* merupakan proses aktif yang memotivasi para pelajar dalam menentukan tujuan pembelajaran seperti mengatur dan mengendalikan kognisi (Wolters, 2003).

Zimmerman (1989) menjelaskan bahwa terdapat tiga aspek pada *self regulated learning* yaitu metakognisi yaitu sebuah proses dalam mengambil keputusan untuk mengatur pilihan, merencanakan, memonitori diri, memberikan arahan dan mengevaluasi diri sendiri. kedua yaitu motivasi merupakan alasan dasar dalam segala tindakan yang akan dilakukan dalam bentuk pembuatan keputusan untuk berpartisipasi dalam pembelajaran. Ketiga, yaitu perilaku merupakan upaya yang dilakukan pelajar dalam mengontrol lingkungan fisik di lingkungan untuk membatasi berbagai macam distraksi yang dapat mengganggu kegiatan belajarnya.

METODE PENELITIAN

Responden

Adapun jumlah penentuan sampel pada penelitian ini menggunakan tabel yang dikembangkan oleh Issac dan Michael dalam (Sugiono,2017) dengan jumlah populasi tidak terhingga maka didapatkan minimal sampel 349 responden. Adapun teknik pengambilan sampel menggunakan metode *nonprobability sampling*, yaitu teknik *purposive sampling* yang mana teknik dalam menentukan sampel dengan pertimbangan atau karakter yang sesuai dengan kriteria subjek. Karakteristik penelitian ini adalah mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi di kota makassar sebanyak 350 responden.

Instrumen penelitian

Skala resiliensi akademik yang digunakan pada penelitian ini yaitu skala yang di yang telah dimodifikasi oleh Frida Syahrinnisa (2022) dan terdiri dari 26 item dan telah dikembangkan oleh cassidy (2016) berdasarkan tiga aspek resiliensi akademik dengan taraf *factor loading* bernilai positif, untuk *t-value* >1.96 dan memiliki nilai reliabilitas 0.886. Skala *self regulated learning* yang digunakan pada penelitian ini adalah skala yang telah dimodifikasi oleh Dixie Dean Lakka dengan total item sebanyak 40 item berdasarkan pada teori Zimmerman (1989) dengan taraf *factor loading* bernilai positif untuk *t-value* > 1.96 dan memiliki nilai reliabilitas 0.942

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis deskriptif berdasarkan data dari responden, uji prasyarat analisis berupa uji normalitas dan uji hipotesis dengan teknik analisis korelasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Analisis Data

Berikut merupakan hasil analisis korelasi *self regulated learning* dengan resiliensi akademik:

Tabel 1. Korelasi *self regulated learning* dengan resiliensi akademik

Variabel	Pearson Correlation	Sig. (2-tailed)	N	Keterangan
<i>Self Regulated Learning</i> dan Resiliensi Akademik	0.263	0.000	350	Signifikan Positif

Ket: *R Square* = koefisien determinan
 F = Nilai Uji Koefisien regresi secara Simultan
 Sig. = Nilai Signifikansi, $p < 0.05$.

Berdasarkan tabel diatas, diperoleh nilai korelasi (*pearson correlation*) sebesar 0.263 dengan signifikansi 0,000. Hasil analisis menunjukkan nilai korelasi yang signifikan karena lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$). Dengan demikian, hasil penelitian yaitu terdapat hubungan *self regulated learning* dengan resiliensi akademik pada mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi. Nilai *person correlation* yang ditemukan dapat dikatakan kedua variabel mempunyai hubungan yang lemah.

Pembahasan

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan *self regulated learning* dengan resiliensi akademik pada mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi di kota makassar. Hasil uji hipotesis menggunakan analisis korelasi menunjukkan nilai signifikansi 0.000 ($p < 0.05$) yang berarti terdapat kontribusi antara variabel independen terhadap variabel dependen. Terdapat 26,

3% kontribusi *self regulated learning* dengan resiliensi akademik. Adapun arah kedua variabel yaitu positif dimana semakin tinggi *self regulated learning* maka semakin tinggi resiliensi akademiknya. dalam penelitian yang dilakukan oleh Silitonga (2023) menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *self regulated learning* dengan resiliensi akademik.

Cassidy (2016) memaparkan bahwa resiliensi terdiri dari tiga aspek yakni ketekunan, ini merupakan bentuk sifat kerja keras, tidak mudah menyerah, melihat kesulitan adalah tantangan untuk berkembang. Kedua adalah refleksi dan pencarian bantuan adaptif dimana individu menyadari kekurangan yang ia miliki sehingga mencari bantuan, dukungan dan semangat dari orang lain. Ketiga yaitu, kemampuan untuk mengatasi respon negatif dan respon emosional seperti perasaan cemas, pesimis dan tidak berdaya. Dari hasil penelitian didapatkan bahwa mahasiswa akhir memiliki kemampuan untuk menghadapi stres dan tekanan- tekanan dalam proses penyusunan skripsi. Mereka mampu untuk bertahan dan selalu berusaha, ini sejalan dengan penelitian (Martin dan Marsh, 2003) menjelaskan bahwa individu yang memiliki resiliensi secara proses belajar tidak gampang putus asa ketika menghadapi semua kesulitan akademiknya.

Self regulated learning merupakan cara dilakukan oleh individu dimana individu bisa dengan mudah menetapkan tujuan belajarnya selanjutnya individu dapat memonitor, mengatur dan mengontrol kognisi, motivasi dan perilaku mereka. Untuk meningkatkan resiliensi akademik dibutuhkan *self regulated learning* yang bagus untuk mempengaruhi motivasi, emosi, strategi belajar, dan usaha untuk mencapai kesuksesan dalam proses akademik. (Mustofah, Nabilla, Suharsono 2019). Pintrich (dalam utami, 2020) menjelaskan *self regulated learning* adalah usaha individu secara aktif mempertahankan kognisi, motivasi, perilaku untuk mencapai tujuan pribadi. Muhsyanur dan Primarmi (2018) juga menjelaskan bahwa regulasi diri, ketika individu mendapatkan kegagalan dalam proses belajar, maka individu tersebut dapat mengetahui masalah dan mencari solusi sehingga tujuannya dapat tercapai.

Faktor lain yang dapat meningkatkan resiliensi adalah dukungan sosial contohnya dukungan dari keluarga terdekat, sahabat. Hal ini disebabkan oleh keberadaan figur orang tua didalam keseharian individu, sehingga individu tersebut memiliki motivasi dalam proses akademiknya. Sama halnya dengan penelitian yang dilakukan Pratiwi dan Kumalasari (2021) menjelaskan dukungan orang tua dapat meningkatkan resiliensi akademik pada mahasiswa. Hal ini juga sejalan dengan aspek *Self regulated learning* mengenai motivasi dimana dalam aspek tersebut menjadi motivasi untuk diri sendiri untuk meraih mimpi dan harapan untuk membanggakan kedua orang tua. Individu mampu mencari bantuan dan solusi di orang terdekat seperti keluarga, pacar, teman (Anggana & Pedhu, 2021).

Individu yakin kehadiran orang tua akan dapat membantu dan dapat mengatasi hal-hal yang dapat memunculkan stress. Hal ini dapat meningkatkan pikiran positif mahasiswa saat menghadapi suatu masalah. Dukungan sosial dari orang terdekat akan mempengaruhi stabilitas perilaku individu tersebut dan memberi semangat sehingga memberikan dampak yang positif untuk meningkatkan resiliensi individu.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *Self regulated learning* dan Resiliensi Akademik pada mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi di Kota Makassar dengan nilai korelasi sebesar 0.263. berdasarkan hasil tabel interpretasi koefisien korelasi nilai tersebut memiliki kategori lemah. Hal ini menunjukkan bahwa kedua variabel berkorelasi dengan arah yang positif, yang berarti semakin tinggi *Self regulated learning* maka semakin tinggi resiliensi akademik pada mahasiswa akhir.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggana, W. T., & Pedhu, Y. (2021). Hubungan Antara Regulasi Diri Dan Penyesuaian Akademik Mahasiswa Angkatan 2019 Program Studi Bimbingan Dan Konseling, Fakultas Pendidikan Dan Bahasa, Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya. *Psiko Edukasi*, 19(1), 105–115\
- Bernard, B. (2004). *Resiliency: What We Have Learned*. San Francisco, CA: WestEd Regional Educational Laboratory
- Cassidy, S. (2016). The academic resilience scale (ARS-30): A new multidimensional construct measure. *Frontiers in Psychology*. Doi: 10.3389/fpsyg.2016.01787
- Chermes, M. M., Hu, L., & Garcia, B. F. (2001). Academic self-efficacy and first year college student performance and adjustment. *Journal of Educational Psychology*, 93, 55-64
- Cheng, V., & Catling, J. (2015). The role of resilience, delayed gratification and stress in predicting academic performance. *Psychology Teaching Review*, 21(1), 13-24.

- Martin, A. J., & Marsh, H. W. (2006). Academic Resilience and It's Psychological and Educational Correlates, A Construct Validity Approach. *Psychology in the schools*, 43, 267-282
- Perdana, K. I. (2021). Hubungan Antara Regulasi Diri Dalam Belajar Dan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi.
- Pratiwi, Z. R., & Kumalasari, D. (2021). Dukungan orang tua dan resiliensi akademik pada mahasiswa. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 13(2), 138-â.
- Raodah, S. (2021). Tingkat Resiliensi Akademik Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar Di Masa Pandemi (Doctoral Dissertation, Universitas Bosowa).
- Syahrinnisa, F. (2022). Dukungan Sosial Dan Optimisme Sebagai Prediktor Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Akhir Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Kota Makassar (Doctoral Dissertation, Universitas Bosowa).
- Sugiyono, (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Torrano Montalvo, F., & González Torres, M. (2004). Self-regulated learning: Current and future directions.
- Wolters, C. A. (2003). Regulation of motivation: Evaluating an underemphasized aspect of self-regulated learning. *Journal Educational Psychologist*, 38 (4), 189-205.
- Zimmerman, B. J. (1989). A Social Cognitive View of Self-Regulated Academic Learning. *Journal of Educational Psychology*, 81 (3), 329- 339.