

# HUBUNGAN REGULASI DIRI DALAM BELAJAR DAN RESILIENSI AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG MELAKUKAN *HYBRID LEARNING* DI JAKARTA

Muhammad Rafi Wijayanto<sup>1</sup> & Rahmah Hastuti<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Sarjana Psikologi, Universitas Tarumanagara, Jakarta  
Email: muhammad.705190177@stu.untar.ac.id

<sup>2</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara, Jakarta  
Email: rahmahh@fpsi.untar.ac.id

## ABSTRACT

*The change in learning methods from online learning to hybrid learning, creates various obstacles and challenges in the student learning process. This phenomenon causes students must have academic resilience skills so that the learning process can run optimally. Therefore, this research aim to determine the relationship between self-regulated learning and academic resilience in hybrid learning method in Jakarta. Data collection was carried out from 24 September – 9 October. This research consisted of 206 participants who were students aged 18 – 25 years old. This research uses a non-experimental quantitative method with a purposive sampling technique, with a survey method using g-form. The instruments in this research is Motivated Strategies for Learning Questionnaire (MSLQ) and the Academic Resilience Scale (ARS-30). Data analysis in this study used the SPSS version 25 application. The results of the correlation test using Pearson Correlation produced a value of  $r = 0.588$ , with a significance of  $p = 0.000 < 0.05$ . The results of this analysis show that there is a positive and significant relationship between self-regulated learning and academic resilience among students. Based on the results of the correlation test, the results showed that all aspects of self-regulated learning had a positive relationship, except for the test anxiety aspect which had a negative relationship with academic resilience. Then, based on the result of mean difference test, there are differences in self-efficacy aspect and academic resilience variable viewed from organizational participation.*

**Keywords:** *self-regulated learning, academic resilience, hybrid learning*

## ABSTRAK

Perubahan metode pembelajaran dari yang semula daring lalu berubah menjadi *hybrid* menimbulkan berbagai hambatan dalam proses belajar mahasiswa. Sehingga, mahasiswa perlu memiliki kemampuan resiliensi akademik yang baik agar proses pembelajaran dapat berjalan dengan optimal. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi diri dalam belajar dan resiliensi akademik pada kondisi belajar *hybrid* di Jakarta. Pengambilan data pada penelitian ini dilaksanakan pada 24 September – 9 Oktober 2023. Penelitian ini terdiri dari 206 partisipan yang merupakan mahasiswa berusia 18 – 25 tahun yang melaksanakan pembelajaran dengan metode *hybrid*. Metode pengambilan data pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif non-eksperimental dengan teknik sampling purposive sampling, dengan metode survei menggunakan g-form. Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan instrumen Motivated Strategies for Learning Questionnaire (MSLQ) yang dan alat ukur Academic Resilience Scale (ARS-30). Analisis data pada penelitian ini menggunakan aplikasi SPSS versi 25. Hasil uji korelasi dengan menggunakan *Pearson Correlation*, dihasilkan nilai  $r = 0,588$ , dengan signifikansi  $p = 0,000 < 0,05$ . Hasil analisis ini menandakan bahwa ditemukan hubungan positif dan signifikan antara regulasi diri dalam belajar dan resiliensi akademik pada mahasiswa di Jakarta yang menggunakan metode belajar *hybrid*. Berdasarkan hasil uji korelasi per dimensi, didapatkan hasil bahwa seluruh dimensi regulasi diri dalam belajar memiliki hubungan positif, kecuali pada dimensi *test anxiety* yang memiliki hubungan negatif terhadap resiliensi akademik. Lalu, berdasarkan hasil uji beda, terdapat perbedaan pada dimensi *self-efficacy* dan variabel resiliensi akademik ditinjau dari partisipasi organisasi.

**Kata Kunci:** *regulasi diri dalam belajar, resiliensi akademik, pembelajaran hybrid*

## 1. PENDAHULUAN

Meredanya *Corona Virus Disease* (Covid-19) di Indonesia, menyebabkan pemerintah membuat kebijakan baru yang memperbolehkan instansi pendidikan untuk melaksanakan kegiatan belajarnya secara tatap muka (Kemdikbud, 2021). Setelah ditetapkan kebijakan tersebut, instansi pendidikan mulai merubah metode pembelajarannya dari daring menjadi *hybrid*. Hasil

penelitian Ansori (2023) menunjukkan bahwa hasil belajar mahasiswa menggunakan metode *hybrid* tergolong lebih baik daripada menggunakan metode tatap muka. Lalu jika dibandingkan dengan menggunakan metode pembelajaran daring, nilai siswa ketika menggunakan metode *hybrid* cenderung lebih tinggi (Meilisa & Megawati, 2023).

Banyaknya dampak positif dari penggunaan metode pembelajaran *hybrid*, bukan berarti tidak terdapat tantangan dan permasalahan dalam penggunaan metode pembelajaran ini. Hasil penelitian Triyono dan Dermawan (2021) menunjukkan bahwa kendala utama dalam penggunaan metode *hybrid* adalah belum terbentuknya kurikulum yang optimal dan kurangnya intensitas komunikasi antara guru dan siswa yang diakibatkan oleh jumlah waktu tatap muka yang masih belum optimal. Kendala lainnya yang terjadi pada penggunaan metode ini adalah adanya kesulitan bagi pengajar untuk melakukan pemantauan dan penilaian pada proses belajar siswa (Bahrudin & Legiani, 2022).

Selain adanya kendala dalam proses belajar mengajar, perubahan penggunaan metode belajar menjadi *hybrid* juga menimbulkan tantangan baru bagi mahasiswa. Hasil penelitian Mulyanto et al. (2023) menunjukkan bahwa mahasiswa merasa kewalahan dan khawatir sehingga membutuhkan waktu untuk menyesuaikan kembali pada metode pembelajaran yang baru. Selain itu, perubahan ke metode pembelajaran *hybrid* juga dapat berdampak pada tingkat *stress* yang dimiliki mahasiswa (Nurkhin et al., 2023).

Adanya berbagai macam tantangan dan kendala dalam kegiatan akademik, membuat mahasiswa perlu memiliki kemampuan yang baik pada aspek resiliensi (Pratiwi & Kumalasari, 2021). Resiliensi didefinisikan sebagai kepribadian yang dimiliki individu dalam mengatasi situasi yang penuh kesengsaraan dan mampu melakukan penyesuaian serta pengembangan diri (Hu et al., 2015). Sedangkan pada konteks akademik, resiliensi didefinisikan sebagai kemampuan yang dimiliki dalam menghadapi tantangan dan permasalahan dalam konteks pendidikan (Martin, 2013). Menurut Cassidy (2016) resiliensi akademik terdiri dari tiga aspek, diantaranya yaitu aspek *perseverance* (PE), *reflecting and adaptive help-seeking* (RAHS), dan *negative affect and emotional response* (NAER).

Dalam konteks pendidikan, resiliensi akademik merupakan hal penting dikarenakan berdampak positif pada kepuasan akademik, kesuksesan akademik, dan performa akademik (Dwiastuti et al., 2021). Individu dengan kemampuan resiliensi yang baik, cenderung memiliki perasaan kenikmatan dalam proses belajar, dan memiliki perasaan terlibat ketika belajar, serta mempunyai kepercayaan atas kemampuan yang dimiliki (Leysa & Malnegro, 2016). Bila ditinjau dari tingkatan kemampuan resiliensi akademik yang dimiliki mahasiswa, hasil penelitian Harahap et al. (2020) menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa mempunyai tingkat kemampuan resiliensi akademik pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan adanya indikasi bahwa mahasiswa mampu menangani kondisi pembelajaran dengan baik. Namun, hasil penelitian Ainurrohmah (2022) menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa sebanyak 69,8% mempunyai kemampuan resiliensi dalam konteks akademik pada kategori sedang. Hasil ini menunjukkan bahwa kemampuan mahasiswa untuk menjadi individu yang resilien secara akademik masih belum optimal.

Hasil penelitian Darabi et al. (2023) menunjukkan bahwa adanya regulasi diri dalam belajar yang baik, maka resiliensi akademik yang dimiliki individu dapat meningkat. Regulasi diri dalam belajar didefinisikan sebagai adanya suatu bentuk perilaku atau pikiran yang bertujuan untuk mengurangi kesenjangan antara kondisi saat ini dengan tujuan dalam proses belajar (Dunlosky &

Ariel, 2011). Regulasi dalam belajar terdiri dari beberapa dimensi, yaitu *self-efficacy* (SE), *intrinsic value* (IV), *test anxiety* (TA), *cognitive strategy use* (CSU), dan *self-regulation* (SR) (Pintrich et al., 1991). Kemampuan dalam hal ini tentunya dipengaruhi oleh berbagai faktor, beberapa contohnya adalah pengaruh pribadi, perilaku, dan pengaruh lingkungan (Zimmerman & Moylan, 2009).

Selain berpengaruh pada resiliensi akademik, adanya kemampuan regulasi diri dalam belajar yang baik, berdampak positif juga pada prestasi belajar yang dimiliki individu (Handayani & Solikhah, 2021). Adanya kemampuan regulasi diri dalam belajar yang dimiliki, maka akan menyebabkan individu lebih mudah dalam mencapai prestasi akademik. (Pamungkas & Prakoso, 2020). Individu yang memiliki regulasi diri dalam belajar yang tinggi sanggup untuk menggunakan strategi belajar yang baik, seperti contohnya dapat menetapkan tujuan belajar, mampu membuat rencana dalam kegiatan belajar, dan mampu untuk mengatur waktu belajar dengan baik (Pelikan et al., 2020).

Penelitian yang dilakukan Perdana dan Wijaya (2021) dengan judul “Regulasi Diri dalam Belajar sebagai Prediktor Resiliensi Akademik Mahasiswa yang Menyusun Skripsi” dengan jumlah partisipan sebanyak 100 mahasiswa S1 di daerah Jawa. Penelitian ini menggunakan alat ukur ARS-30 versi indonesia yang berjumlah 24 butir dengan *alpha cronbach* sebesar 0,891 dan MSLQ dengan *alpha cronbach* sebesar 0.927. Hasil penelitian ini menunjukkan hubungan positif yang signifikan antara seluruh aspek pada regulasi diri dalam belajar dan resiliensi akademik.

Penelitian lainnya yang dilaksanakan Yoelianita et al. (2023) dengan judul “Hubungan *Social Support* dengan *Academic Resilience* Dimediasi *Self-Regulated Learning* pada Mahasiswa Keperawatan di masa Pandemi Covid-19” dengan jumlah partisipan sebanyak 244 mahasiswa S1 keperawatan. Penelitian ini menggunakan alat ukur *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS), ARS-30, dan skala SRL terdiri dari 39 butir. Penelitian ini membuah hasil berupa hubungan positif dan signifikan antara *self-regulated learning* dan *academic resilience*. Adanya hubungan positif dan signifikan menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat regulasi diri dalam belajar, maka semakin tinggi tingkat *academic resilience*.

Berdasarkan pemaparan latar belakang tersebut, peneliti termotivasi untuk meneliti lebih lanjut mengenai hubungan antara regulasi diri dalam belajar dan resiliensi akademik pada mahasiswa yang melaksanakan pembelajaran *hybrid* di Jakarta Berdasarkan fenomena yang dipaparkan pada penelitian ini, rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah terdapat korelasi antara regulasi diri dalam belajar dan resiliensi akademik pada mahasiswa yang melakukan *hybrid learning*.

## 2. METODE PENELITIAN

Partisipan yang mengikuti penelitian ini merupakan mahasiswa dengan status aktif yang sedang menempuh pendidikan kuliah S1 di Jakarta. Adapun rentangan usia pada penelitian ini berkisar antara 18-25 tahun. Jumlah partisipan pada penelitian ini sebanyak 206 mahasiswa. Pada variabel regulasi diri dalam belajar, instrumen yang digunakan merupakan MSLQ yang disusun oleh Pintrich dan DeGroot (1990). Alat ukur ini terdiri dari lima dimensi dan berjumlah 44 butir. Dimensi yang terdapat pada variabel ini diantaranya dimensi SE, IV, TA, CSU, dan SR. Seluruh dimensi pada alat ukur ini memiliki rentangan nilai koefisien *Alpha Cronbach* dari 0.671 – 0.849. Terdapat satu butir pada dimensi CSU dan 3 butir pada dimensi SR yang tidak valid sehingga jumlah total butir menjadi 40 butir. Alat ukur ini menggunakan tujuh skala *Likert* yang terdiri dari 1 (Sangat Tidak Mampu) sampai 7 (Sangat Mampu).

Pada variabel resiliensi akademik, instrumen yang digunakan merupakan ARS-30 yang berjumlah 30 butir dan disusun oleh Cassidy (2016). Instrumen ini terdiri dari tiga dimensi, diantaranya adalah dimensi PE, RAHS, dan NAER. Seluruh dimensi pada variabel ini memiliki rentangan nilai koefisien *Alpha Cronbach* sebesar 0.773 – 0.824. Terdapat satu butir pada dimensi PE dan satu butir pada dimensi NAER yang tidak valid, sehingga jumlah total butir menjadi 28 butir. Instrumen ini menggunakan lima poin skala *Likert*, terdiri dari 1 (Sangat Tidak Mampu) – 5 (Sangat Mampu).

Analisis data untuk penelitian ini dilakukan dengan aplikasi SPSS versi 25. Adapun analisis data yang dilakukan pada penelitian ini diantaranya adalah uji validitas dan reliabilitas, uji normalitas, uji korelasi, dan uji beda ditinjau dari data demografi partisipan penelitian.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data penelitian yang diperoleh sebanyak 206 partisipan, di dapatkan hasil bahwa partisipan penelitian dengan jenis kelamin wanita memiliki jumlah lebih banyak dibandingkan pria. Jumlah partisipan dengan jenis kelamin wanita sejumlah 166 partisipan (80.6%) dan partisipan dengan jenis kelamin pria sejumlah 40 partisipan (19.4%). Selanjutnya, berdasarkan usia, di dapatkan hasil bahwa partisipan penelitian dengan frekuensi terendah merupakan usia 24 – 25 tahun sebanyak 4 partisipan (2%) dan frekuensi tertinggi berada pada usia 20 - 21 tahun sejumlah 133 partisipan (64.6%). Lalu, Berdasarkan partisipasi organisasi, di dapatkan hasil bahwa partisipan penelitian dengan jumlah yang berpartisipasi dalam organisasi sebanyak 135 partisipan (65,5%) dan jumlah yang tidak berpartisipasi dalam organisasi sebanyak 71 partisipan.

**Tabel 1**

*Data Demografi Partisipan*

Karakteristik	Frekuensi	Presentase (%)
Jenis Kelamin		
Pria	40	19,4
Wanita	166	80,6
Total	206	100
Usia (Tahun)		
18 - 19	48	23,3
20 - 21	133	64,6
22 - 23	21	10,1
24 - 25	4	2
Total	206	100
Partisipasi Organisasi		
Ya	135	65,5
Tidak	71	34,5
Total	206	100

Variabel regulasi diri dalam belajar diukur dengan menggunakan skala *Likert* dari 1-7, maka di dapatkan *mean* hipotetik pada variabel ini sebesar 3. Variabel ini terdiri dari dimensi SE, IV, TA, CSU, dan SR. Seluruh dimensi pada variabel ini memiliki *mean* empirik yang lebih tinggi daripada *mean* hipotetik. Dengan ini, maka dapat disimpulkan bahwa seluruh dimensi berada pada kategori tinggi.

**Tabel 2**

*Gambaran Variabel Regulasi Diri dalam Belajar*

Dimensi	Mean Hipotetik	Mean Empirik	Standar Deviasi	Keterangan
SE	4	5,06	0,791	Tinggi
IV	4	5,36	0,725	Tinggi
TA	4	4,30	1,298	Tinggi
CSU	4	5,14	0,814	Tinggi
SR	4	5,10	0,851	Tinggi

Variabel resiliensi akademik dilakukan dengan menggunakan skala *Likert* dari 1-5, maka di dapatkan *mean* hipotetik sebesar 3. Variabel ini terdiri dari dimensi PE, RAHS, dan NAER. Seluruh dimensi pada variabel ini memiliki nilai *mean* empirik yang lebih tinggi daripada nilai *mean* hipotetik. Dengan ini, maka dapat disimpulkan bahwa seluruh dimensi berada pada kategori tinggi.

**Tabel 3**

*Gambaran Variabel Resiliensi Akademik*

Dimensi	Mean Hipotetik	Mean Empirik	Standar Deviasi	Keterangan
PE	3	4,06	0,492	Tinggi
RAHS	3	3,99	0,577	Tinggi
NAER	3	3,45	0,811	Tinggi

Uji asumsi yang dilakukan pada penelitian ini merupakan uji normalitas dengan *One Sample Kolmogorov Smirnov*. Apabila dari hasilnya menghasilkan nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, maka dapat dikatakan bahwa data terdistribusi normal. Sedangkan, apabila hasil uji *One Sample Kolmogorov-Smirnov* menghasilkan nilai signifikansi kurang dari 0,05 maka data tidak terdistribusi normal. Hasil dari pengujian ini menunjukkan nilai (p) sebesar 0,200 yang menandakan nilai lebih dari 0,05. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa distribusi data pada penelitian ini tergolong normal dan memenuhi syarat normalitas.

**Tabel 4**

*Hasil Uji Normalitas*

Variabel	p	Terdistribusi
Regulasi Diri dalam Belajar	0,200	Normal
Resiliensi Akademik	0,200	Normal

Tingkat regulasi diri dalam belajar dikategorikan ke dalam tiga kategori. Berdasarkan nilai persentil 27% dan 73% diperoleh nilai persentil 27% sebesar 4,7 dan nilai persentil 73% sebesar 5,475. Jumlah terendah berada pada kategori rendah sebanyak 49 partisipan (23,8%). Sedangkan, jumlah tertinggi berada pada kategori sedang sebanyak 103 partisipan (50%). Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa mayoritas mahasiswa yang menggunakan metode *hybrid* memiliki kemampuan regulasi diri yang masih belum optimal.

**Tabel 5**

*Gambaran Tingkat Regulasi Diri dalam Belajar*

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	54	26,2
Sedang	103	50
Rendah	49	23,8
Total	206	100

Berikutnya, pada variabel resiliensi diperoleh nilai persentil 27% sebesar 3,64 dan nilai persentil 73% sebesar 4,21. Jumlah terendah berada pada kategori tinggi sebanyak 52 partisipan (25,2). Sedangkan, jumlah tertinggi berada pada kategori sedang sebanyak 98 partisipan (47,6%). Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa yang belajar menggunakan metode *hybrid* belum memiliki kemampuan resiliensi akademik yang optimal.

**Tabel 6**  
*Gambaran Tingkat Resiliensi Akademik*

		Frekuensi	Persentase (%)
Kategori	Tinggi	52	25,2
	Sedang	98	47,6
	Rendah	56	27,2
	Total	206	100

Uji hipotesis dilakukan dengan uji korelasi *Pearson Correlation* berdasarkan data yang terdistribusi normal. Berdasarkan hasil ini, pada regulasi diri dalam belajar dan resiliensi akademik terhadap 206 partisipan, terdapat hubungan positif dan signifikan antara regulasi diri dalam belajar dan resiliensi akademik dengan nilai  $r = 0,588$ ,  $p < 0,05$ . Berdasarkan kuat lemahnya hubungan, korelasi antara kedua variabel tergolong sedang. Maka, semakin tinggi nilai regulasi diri dalam belajar akan semakin tinggi juga nilai resiliensi akademik.

Berikutnya, peneliti juga melakukan uji korelasi antara dimensi pada variabel regulasi diri dalam belajar dan variabel resiliensi akademik. Empat dimensi pada variabel regulasi diri dalam belajar, menunjukkan hubungan positif dan signifikan. Hasil uji korelasi dengan nilai tertinggi diperoleh antara dimensi IV dan resiliensi akademik yang menghasilkan hubungan positif dan signifikan dengan nilai  $r = 0,612$ ,  $p < 0,05$ . Sedangkan satu dimensi lainnya, menunjukkan hubungan negatif dan signifikan. Hasil uji korelasi dimensi TA dan resiliensi akademik menunjukkan terdapat hubungan negatif dan signifikan dengan nilai  $r = -0,173$ ,  $p < 0,05$ .

**Tabel 7**  
*Tabel Korelasi Regulasi Diri dalam Belajar dan Resiliensi Akademik*

	<i>r</i>	<i>p</i>	Keterangan
Regulasi Diri dalam Belajar dan Resiliensi Akademik	0,588	0,000	Positif dan signifikan
SE dan Resiliensi Akademik	0,560	0,000	Positif dan signifikan
IV dan Resiliensi Akademik	0,612	0,000	Positif dan signifikan
TA dan Resiliensi Akademik	-0,173	0,013	Negatif dan signifikan
CSU dan Resiliensi Akademik	0,551	0,000	Positif dan signifikan
SR dan Resiliensi Akademik	0,512	0,000	Positif dan signifikan

Berdasarkan hasil dari uji beda pada kedua variabel, dimensi SE dari variabel regulasi diri dalam belajar terdapat perbedaan ditinjau dari partisipasi organisasi. Uji beda pada dimensi ini menunjukkan nilai  $t = 2,446$  dan  $p = 0,015 < 0,05$ . Selain itu, variabel resiliensi akademik juga memiliki perbedaan ditinjau dari partisipasi organisasi. Uji beda pada variabel ini menunjukkan nilai  $t = 2,018$  dan  $p = 0,045 < 0,05$ .

**Tabel 8**  
*Hasil Uji Beda*

Variabel	Mean		t	p	Keterangan
	Ya	Tidak			
Regulasi Diri dalam Belajar	5,1315	5,0028	1,371	1,172	Tidak ada perbedaan
SE	5,1663	4,8858	2,446	0,015	Ada Perbedaan
IV	5,3901	5,3239	0,622	0,535	Tidak ada perbedaan
TA	4,2148	4,4824	-1,410	0,160	Tidak ada perbedaan
CSU	5,1981	5,0387	1,338	0,183	Tidak ada perbedaan
SR	5,1691	4,9718	1,586	0,114	Tidak ada perbedaan
Resiliensi Akademik	3,9598	3,8219	2,018	0,045	Ada perbedaan
PE	4,1066	3,9772	1,800	0,073	Tidak ada perbedaan
RAHS	4,0313	3,9358	1,129	0,260	Tidak ada perbedaan
NAER	3,5346	3,3146	1,860	0,064	Tidak ada perbedaan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara variabel regulasi diri dan resiliensi akademik. Hasil ini sesuai dengan penelitian Yoelianita et al. (2023) yang menunjukkan adanya hubungan positif antara regulasi diri dalam belajar dan resiliensi akademik dengan nilai  $r=0,692$  pada mahasiswa keperawatan di masa pandemi Covid-19. Penelitian lainnya yang dilaksanakan oleh Perdana dan Wijaya (2021) juga menunjukkan hubungan positif dan signifikan pada seluruh aspek regulasi diri dalam belajar dan resiliensi akademik dengan nilai  $r=0,645$  pada partisipan yaitu mahasiswa. Adanya hasil penelitian yang serupa ini menandakan bahwa semakin tinggi tingkat regulasi diri yang dimiliki, maka akan semakin tinggi tingkat resiliensi akademik yang dimiliki dan begitu pula sebaliknya.

Selanjutnya, peneliti juga melakukan uji korelasi pada setiap dimensi dari regulasi diri dalam belajar. Empat dari lima dimensi pada variabel regulasi diri dalam belajar, menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan terhadap resiliensi akademik. Keempat dimensi tersebut di antaranya adalah dimensi SE, IV, CSU, dan SR. Hal ini menunjukkan bahwa ketika individu memiliki ciri-ciri seperti adanya keyakinan atas kemampuan yang dimiliki (Bandura, 2012), adanya perasaan bahwa tugas yang dikerjakan merupakan hal penting dalam meraih tujuan, adanya kemampuan untuk memahami informasi dalam belajar dan adanya kemampuan mengubah perilaku kognitif dalam meningkatkan performa belajar, maka individu mampu memiliki kemampuan resiliensi akademik yang baik (Nurudin et al., 2023).

Sedangkan salah satu dimensinya, yaitu dimensi TA memiliki hubungan negatif terhadap resiliensi akademik. Hasil ini sesuai dengan penelitian Hayat et al. (2021) yang menunjukkan hubungan negatif dengan nilai  $r = -0391$  antara TA dan resiliensi akademik. Adanya hubungan negatif pada dimensi ini menunjukkan bahwa semakin tinggi pikiran ataupun perasaan negatif yang dapat menghambat proses belajar, maka akan semakin rendah resiliensi akademik yang dimiliki. Begitupun sebaliknya, semakin rendah pikiran ataupun perasaan negatif yang dapat menghambat proses belajar, maka akan semakin tinggi resiliensi akademik yang dimiliki.

Selanjutnya, peneliti juga membuat kategori pada variabel regulasi diri dalam belajar dan resiliensi akademik kedalam tiga kategori. Pada variabel regulasi diri dalam belajar, diperoleh hasil dengan frekuensi paling banyak merupakan kategori sedang sebanyak 103 partisipan (50%) dan frekuensi paling sedikit berada pada kategori rendah sebanyak 49 partisipan (23,8%). Hasil ini sejalan dengan penelitian Pratama dan Satwika (2022), bahwa mayoritas mahasiswa sebanyak 64,07% memiliki tingkat regulasi diri dalam belajar pada kategori sedang. Banyaknya partisipan pada kategori sedang menunjukkan bahwa kemampuan individu dalam mengatur pikiran, perasaan, dan perilaku dalam meraih tujuan belajar masih belum optimal.

Berikutnya, pada variabel resiliensi akademik diperoleh hasil dengan frekuensi tertinggi merupakan kategori sedang sebanyak 98 partisipan (47,6%) dan frekuensi terendah merupakan kategori tinggi sebanyak 52 partisipan (25,2%). Hasil penelitian ini sebanding dengan penelitian Maretih et al. (2022) dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa sebanyak 69% mempunyai tingkat resiliensi akademik pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan mempunyai kapabilitas yang cukup untuk menghadapi tantangan, tekanan, dan hambatan dalam konteks akademik.

Selanjutnya, peneliti melaksanakan uji beda terhadap masing-masing variabel dan setiap dimensinya ditinjau dari partisipasi organisasi partisipan. Pada variabel regulasi diri dalam belajar, terdapat satu dimensi yaitu SE yang terdapat perbedaan secara signifikan dengan nilai  $p = 0,015$ ,  $p < 0,05$ . Hal ini menandakan bahwa partisipan yang mengikuti organisasi memiliki perasaan keyakinan atas kemampuan yang dimiliki pada tingkatan yang lebih tinggi dibandingkan dengan partisipan yang tidak mengikuti organisasi. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Grahani dan Mardiyanti (2019) yang mendapatkan hasil adanya perbedaan secara signifikan pada regulasi diri dalam belajar ditinjau dari partisipasi mahasiswa dalam organisasi.

Berikutnya, pada variabel resiliensi akademik, terdapat perbedaan signifikan dengan nilai  $p = 0,045$ ,  $p < 0,05$ . Partisipan yang aktif berorganisasi memiliki nilai *mean* yang lebih tinggi apabila dibandingkan dengan yang tidak aktif berorganisasi. Penelitian Qawiyyah (2023) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh secara signifikan antara partisipasi mahasiswa dalam organisasi terhadap tingkat resiliensi akademik yang dimiliki oleh individu. Hal ini menunjukkan bahwa partisipan yang mengikuti organisasi memiliki kemampuan menghadapi tantangan, hambatan, dan tekanan yang lebih baik dibandingkan dengan partisipan yang tidak mengikuti organisasi.

#### 4. KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil analisis data utama pada penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara regulasi diri dalam belajar dan resiliensi akademik. Hal ini menandakan bahwa semakin tinggi tingkat regulasi diri dalam belajar, maka semakin tinggi pula tingkat resiliensi akademik. Selanjutnya, dari kelima dimensi pada variabel regulasi diri dalam belajar, yaitu dimensi SE, IV, TA, CSU, dan SR sebagian besar memiliki hubungan positif dan signifikan terhadap resiliensi akademik. Hanya saja terdapat satu dimensi yaitu dimensi TA yang hanya memiliki hubungan rendah dan bersifat negatif terhadap variabel resiliensi akademik.

Peneliti berharap hasil penelitian ini memberikan manfaat teoretis dalam menambah referensi yang berguna untuk menambah wawasan terutama terkait pada perkembangan ilmu psikologi pendidikan. Selain itu, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai suatu kajian untuk penelitian berikutnya yang tentunya terkait dengan topik regulasi diri dalam belajar dan resiliensi akademik. Adapun saran teoretis yang dapat diberikan bagi peneliti selanjutnya adalah untuk mengaitkan kedua variabel regulasi diri dalam belajar dan resiliensi akademik dengan variabel lainnya. Berikutnya, bagi peneliti seterusnya diharapkan untuk menerapkan metode analisa data yang lebih variatif atau dapat menggunakan *mix method*. Lalu, partisipan pada penelitian ini tergolong masih belum maksimal, sehingga untuk peneliti seterusnya diharapkan mampu melaksanakan penelitian dengan total partisipan yang lebih banyak agar dapat generalisasi atas data dari populasi.



## REFERENSI

- Ansori, M. (2023). Efektivitas blended learning dan diskusi-presentasi terhadap hasil belajar ditinjau dari kemampuan verbal-linguistic mahasiswa. *Dirasah: Jurnal Studi Ilmu dan Manajemen Pendidikan Islam*, 6(1), 227-236.
- Bahrudin, F. A., & Legiani, W. H. (2022). Implementasi perkuliahan hybrid learning di masa pandemi covid 19. *Jurnal Civic Hukum*, 7(2), 123-140. <https://doi.org/10.22219/jch.v7i2.22384>.
- Bandura, A. (2012). On the functional properties of perceived self-efficacy revisited. *Journal of management*, 38(1), 9-44. <https://doi.org/10.1177/0149206311410606>.
- Cassidy, S. (2016). The academic resilience scale (ars-30): A new multidimensional construct measure. *Frontiers in psychology*, 7, 222168. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01787>.
- Darabi, K., Hosseinzadeh, M., Kahkesh, M. K., & Nayodi, S. (2023). The effectiveness of self-regulation training in improving engagement and academic resilience of male students. *International Journal of School Health*, 10(2), 98-105, <https://doi.org/10.30476/intjsh.2023.98339.1299>.
- Dunlosky, J., & Ariel, R. (2011). Self-regulated learning and the allocation of study time. *Psychology of Learning and Motivation*, 54, 103-140. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-385527-5.00004-8>.
- Dwiastuti, I., Hendriani, W., & Andriani, F. (2022). The impact of academic resilience on academic performance in college students during the Covid-19 pandemic. *KnE Social Sciences*, 25-41. <https://doi.org/10.18502/kss.v7i1.10198>.
- Grahani, F. O., & Mardiyanti, R. (2019). Self regulated learning (SRL) pada mahasiswa ditinjau dari keikutsertaan dalam organisasi. *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi*, 17(2), 48-53. <https://doi.org/10.47007/jpsi.v17i2.55>.
- Handayani, S. (2021). Pengaruh antara Self Efficacy dan Self Regulated Learning terhadap prestasi belajar mahasiswa selama pembelajaran daring. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(4), 1373-1382. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i4.553>.
- 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), 240-246. <http://dx.doi.org/10.30829/al-irsyad.v10i2.8541>.
- 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%2Fjehp.jehp\\_35\\_21](https://doi.org/10.4103%2Fjehp.jehp_35_21).
- Hu, T., Zhang, D., & Wang, J. (2015). A meta-analysis of the trait resilience and mental health. *Personality and Individual Differences*, 76, 18-27. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2014.11.039>.
- Leysa, A. O., & Malnegro, F. A. (2016). Exploring the predictors and outcomes of academic resilience among college students. *Educational Measurement and Evaluation Review*, 7(1), 1-1. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.11.039>.
- Marettih, A. K. E., Ikhwanisifa, Susanti, R., & Ramadhani, L. (2022). Gambaran resiliensi akademik mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi covid-19. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 3(3). <http://dx.doi.org/10.24014/pib.v3i3.18771>.
- Martin, A. J. (2013). Academic buoyancy and academic resilience: Exploring everyday and 'classic' resilience in the face of academic adversity. *School Psychology International*, 34(5), 488-500. <http://dx.doi.org/10.1177/0143034312472759>.
- Meilisa, A. D., & Megawati, S. (2023). Implementasi model pembelajaran hybrid pada pembelajaran tatap muka terbatas di sma negeri 13 surabaya. *Publika*, 11(1), 1629-1642. <https://doi.org/10.26740/publika.v11n1.p1629-1642>.

- Mulyanto, T. N. H. P., Suryanto, & Hendriani, W. (2023). Analisis re-entry shock pada mahasiswa selama transisi dari model pembelajaran online ke pembelajaran tatap muka di masa pandemi covid-19. *Proyeksi*, 18(1), 102-115. <http://dx.doi.org/10.30659/jp.18.1.102-115>.
- Nurkhin, A., Martono, S., & Pramusinto, H. (2023, January). Learning design in the aftermath of COVID-19: Lessons from online and hybrid learning during the pandemic. *Unima International Conference on Social Sciences and Humanities (UNICSSH 2022)*, 553-561. Atlantis Press. [https://doi.org/10.2991/978-2-494069-35-0\\_68](https://doi.org/10.2991/978-2-494069-35-0_68).
- Nurudin, S. M., Zain, Z. M., Yaacob, N. A., Kamarudin, N. A., Hassan, F., & Rahmat, N. H. (2023). Motivational belief, cognitive strategy use & self-regulation alliance pertaining students learning achievement. *International Journal of Academic Research in Business And Social Sciences*, 13(7), 172-189. <http://dx.doi.org/10.6007/IJARBS/v13-i7/17184>.
- Pamungkas, H., & Prakoso, A. F. (2020). Self-regulated learning bagi mahasiswa: Pentingkah. *Jurnal Pendidikan Ekonomi*, 13(1), 69-75. <https://dx.doi.org/10.17977/UM014v13i12020p069>.
- Pelikan, E. R., Lüftenegger, M., Holzer, J., Korlat, S., Spiel, C., & Schober, B. (2021). Learning during COVID-19: the role of self-regulated learning, motivation, and procrastination for perceived competence. *Zeitschrift für Erziehungswissenschaft*, 24(2), 393-418. <https://doi.org/10.1007/s11618-021-01002-x>.
- Perdana, K. I., & Wijaya, H. E. (2021). Regulasi diri dalam belajar sebagai prediktor resiliensi akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. *Psycho Idea*, 19(2), 186-198. <http://dx.doi.org/10.30595/psychoidea.v19i2.10711>.
- Pintrich, P. R., & De Groot, E. V. (1990). Motivational and self-regulated learning components of classroom academic performance. *Journal of Educational Psychology*, 82(1), 33-40. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.82.1.33>.
- Pintrich, P. R. (1991). *A manual for the use of the motivated strategies for learning questionnaire (mslq)*. ERIC.
- Pratama, M. Y. A., & Satwika, Y. W. (2022). Hubungan antara regulasi diri dengan perilaku cyberloafing pada mahasiswa psikologi universitas negeri surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(1), 21-33.
- Pratiwi, Z. R., & Kumalasari, D. (2021). Dukungan orang tua dan resiliensi akademik pada mahasiswa. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 13(2), 138-â. <https://doi.org/10.31289/analitika.v13i2.5482>.
- Triyono, M. G., & Dermawanm D. A. (2021). Analisis efektivitas penggunaan model pembelajaran hybrid learning di smk negeri 2 surabaya. *Jurnal IT-EDU*, 5(2), 646-656.
- Zimmerman, B. J., & Moylan, A. R. (2009). *Handbook of metacognition in education*. Routledge