

## PERANAN *SELF REGULATED LEARNING* DALAM MEMPENGARUHI RESILIENSI AKADEMIK PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI TEKNIK INFORMATIKA DAN TEKNIK ELEKTRO UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK YANG BEKERJA

Dwi Uswatun Chasanah<sup>1</sup>, Asri Rejeki<sup>2</sup>, Prianggi Amelasasih<sup>3</sup>  
Universitas Muhammadiyah Gresik

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara strategi *self regulated learning* terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa Program Studi Teknik Informatika dan Teknik Elektro Universitas Muhammadiyah Gresik yang bekerja. Tipe penelitian ini adalah korelasional, menggunakan teknik *simple random sampling* dengan sampel sebanyak 97 subjek. Metode pengumpulan data menggunakan kuisioner dengan skala Likert. Uji validitas item menggunakan validitas isi, sedangkan uji reliabilitas item menggunakan teknik *AlphaCronbach*. Teknik analisis data menggunakan korelasi *spearman rank*. Hasil penelitian menunjukkan nilai  $r = 0,656$ ;  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) maka  $H_a$  diterima, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara strategi *self regulated learning* terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa Program Studi Teknik Informatika dan Teknik Elektro Universitas Muhammadiyah Gresik yang bekerja. Sumbangan *self regulated learning* terhadap resiliensi akademik sebesar 43%, sedangkan sisanya 57% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti.

**Kata Kunci:** Strategi *Self Regulated Learning*, Resiliensi Akademik, Mahasiswa Bekerja, Mahasiswa Teknik Informatika, Mahasiswa Teknik Elektro

### Abstract

*This study aims to determine the relationship between self-regulated learning strategies and academic resilience among students of the Informatics Engineering and Electrical Engineering University of Muhammadiyah Gresik University who work. This type of research is correlational, using a simple random sampling technique with a sample of 97 subjects. The data collection method uses a questionnaire with a Likert scale. The item validity test uses content validity, while the item reliability test uses the Cronbach Alpha technique. Data analysis techniques using Spearman rank correlation. The results showed the value of  $r = 0.656$ ;  $p = 0,000$  ( $p < 0.05$ ) then  $H_a$  is accepted, it can be concluded that there is a significant relationship between self-regulated learning strategies and academic resilience of students of the Informatics and Electrical Engineering Study Program at Muhammadiyah University of Gresik who work. The contribution of self regulated learning to academic resilience is 43%, while the remaining 57% is influenced by other variables not examined.*

**Keywords:** *Self Regulated Learning Strategy, Academic Resilience, Working Students, Informatics Engineering Students, Electrical Engineering Students*

---

<sup>1</sup>email:dwiuswatun87@gmail.com

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik  
Jalan Sumatra No. 101 Gresik Kota Baru (GKB) Gresik

## Pendahuluan

Penyesuaian diri terhadap tugas perkembangan dan tuntutan peran sebagai mahasiswa dapat memunculkan tekanan (*stress*) pada mahasiswa (Lazarus, 1974). Hasil survei *American College Health Association's* (ACHA) pada 937 mahasiswa menunjukkan bahwa 37% merasa sangat terbebani dengan tanggung jawab akademik yang harus mereka hadapi. Terdapat 25,8% dari keseluruhan subjek yang merasa cemas dengan tuntutan akademik, 15,8% merasa depresi terhadap tekanan akademik (ACHA, 2013). Hasil survei yang dilakukan oleh jurnalis liputan 6.com, menjelaskan bahwa terdapat tujuh jurusan yang cenderung terkenal paling sulit di antara jurusan yang lain. Salah satunya yaitu pada jurusan Teknik Informatika. Mahasiswa di jurusan tersebut harus mempelajari bagaimana penerapan logika matematika dalam pengelolaan informasi yang meliputi transformasi data atau pengolahan fakta simbolik dengan memanfaatkan teknologi komputer. Fenomena mengenai jurusan tersebut salah satunya dapat dijumpai di Universitas Muhammadiyah Gresik.

Berdasarkan hasil wawancara pada beberapa Ketua Program Studi Fakultas Teknik diketahui Program Studi Teknik Elektro dan Program Studi Teknik Informatika mempelajari bahasa pemrograman (*coding*). Mata kuliah yang diberikan pada kedua program studi tersebut berkaitan dengan matematika tingkat lanjut. Seperti mahasiswa pada umumnya, mahasiswa Program Studi Teknik Informatika dan Teknik Elektro tentunya tidak lepas dari tuntutan akademik. Tuntutan akademik tersebut di antaranya yaitu belajar, selain itu terdapat juga tuntutan akademik dalam hal pengerjaan tugas-tugas mata kuliah, praktikum, serta jadwal perkuliahan yang harus dilaksanakan. Mahasiswa juga dituntut untuk mengikuti ketentuan-ketentuan yang telah ditetapkan oleh pihak kampus.

Kesulitan mahasiswa Program Studi Teknik Informatika dan Teknik Elektro semakin bertambah apabila mereka kuliah sambil bekerja. Universitas Muhammadiyah Gresik merupakan salah satu Perguruan Tinggi yang menyediakan program pendidikan kelas karyawan untuk mahasiswa yang bekerja tepatnya dilaksanakan pada sore hari. Ahmadi (1999) menyatakan jika mahasiswa yang bekerja harus dapat membagi waktu dan konsentrasi serta bertanggung jawab terhadap komitmen dari kedua aktivitas tersebut. Berdasarkan wawancara peneliti pada 2 mahasiswa Program Studi Teknik Informatika dan Teknik Elektro yang bekerja, ditemukan kesulitan-kesulitan atau permasalahan-permasalahan yang dihadapi antara lain: manajemen waktu untuk kuliah dan bekerja, penyesuaian sosial, interaksi dan komunikasi, masalah adaptasi terhadap sistem di kampus, serta berkurangnya kuantitas dan kualitas bersama keluarga ataupun orang-orang terdekat. Tuntutan pekerjaan seperti lembur pula mengakibatkan keterlambatan

dan ketidakhadiran dalam perkuliahan, dimana hal tersebut berpengaruh terhadap nilai akhir yang didapatkan.

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat diketahui bahwa mahasiswa Teknik Informatika dan Teknik Elektro yang bekerja memiliki beban yang cukup berat. Mereka membutuhkan sebuah kemampuan untuk mengatasi berbagai tuntutan yang ada. Adapun kemampuan seseorang untuk menghadapi, mengatasi, menjadi lebih kuat ketika menghadapi rintangan dan hambatan disebut dengan resiliensi (Grotberg, 1995). Penelitian Sari dan Wulandari (2015) menunjukkan resiliensi diperlukan untuk menghadapi *stress* dan keadaan merugikan. Pada konteks akademik sendiri juga terdapat tantangan, kesulitan, dan tekanan yang dinamis sebagai sebuah realitas pada dunia pendidikan (Martin & Marsh, 2003). Kemampuan untuk menghadapi kejatuhan (*setback*), *stress* atau tekanan secara efektif pada *setting* akademik disebut dengan resiliensi akademik (Martin & Marsh, 2003).

Tuntutan akademik dan pekerjaan pada mahasiswa informatika dan Teknik Elektro yang bekerja, apabila tidak diatur dengan baik tentunya membuat mahasiswa akan mengalami kesulitan dalam belajar. Sejalan dengan pendapat dari Santrock yang menyatakan bahwa bekerja dapat membantu atau melunasi biaya pendidikan, tapi bekerja juga dapat membatasi kesempatan mahasiswa untuk belajar (Santrock, 2012:31). Oleh karena itulah mahasiswa membutuhkan suatu strategi pengaturan diri dalam belajar yaitu yang dikenal dengan strategi *self regulated learning*. Menurut Zimmerman (1989) strategi *self regulated learning* merupakan strategi belajar di mana tindakan dan proses yang dilakukan diarahkan pada keterampilan mengolah informasi dan kemampuan termasuk mengatur, membuat tujuan, dan olah kognitif dari pembelajar.

Hubungan antara strategi *self regulated learning* terhadap resiliensi akademik sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Masrifah (2017) mengenai pengaruh antara dukungan sosial dan strategi *self regulated learning* terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa pascasarjana multidisiplin yang menjelaskan bahwa secara parsial strategi *self regulated learning* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap resiliensi akademik mahasiswa pascasarjana multidisiplin. Penelitian yang dilakukan oleh Karimi, Abedi dan Farahbakhsh (2014) mengungkapkan bahwa strategi *self regulated learning* dapat memengaruhi ranah kognisi dan motivasi sehingga perilaku tersebut mampu memberikan efek terhadap keterampilan belajar anak di kelas, yang akhirnya mengarahkan pada lingkungan belajar akademik dan meningkatkan resiliensi siswa.

Mahasiswa yang bekerja memiliki tuntutan-tuntutan dalam pekerjaan dan akademik. Resiliensi merupakan hal yang dibutuhkan mahasiswa yang bekerja untuk bertahan dalam menghadapi berbagai hambatan dan kesulitan. Adapun tantangan pada mahasiswa yang bekerja berkenaan dengan tuntutan mahasiswa

agar mampu mengatur waktu dan merencanakan kegiatan agar dapat menyeimbangkan antara pekerjaan dan perkuliahan. Oleh karena itu dibutuhkan suatu strategi belajar yang efektif yaitu strategi *self regulated learning*. Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik dan ingin lebih lanjut meneliti bagaimana hubungan antara strategi *self regulated learning* dan resiliensi akademik pada mahasiswa sore Program Studi Teknik Informatika dan Teknik Elektro Universitas Muhammadiyah Gresik yang bekerja.

## Tinjauan Pustaka

### A. Resiliensi Akademik

Resiliensi merupakan konsep yang berfokus pada kekuatan dan fungsi optimal peserta didik (Mwaura, Kinai & Oyoo: 2018). Peserta didik yang resilien cenderung lebih mampu mempertahankan motivasi dan kinerja akademis terlepas dari kondisi yang menantang ataupun menekan yang beresiko (Mwaura, Kinai & Oyoo: 2018). Menurut Martin dan Marsh (2003) resiliensi akademik adalah kemampuan untuk menghadapi kejatuhan (*setback*), *stress* atau tekanan secara efektif pada *setting* akademik. Santhosh dan James (2013, dalam Mwaura, Kinai & Oyoo: 2018) menyatakan bahwa meskipun peserta didik mengalami situasi yang menantang atau mengancam, peserta didik yang memiliki resiliensi akademik mampu mengubah peristiwa yang penuh tekanan menjadi peluang untuk berkembang dan manfaat pribadi.

Hasil penelitian Martin dan Marsh (2003) menemukan bahwa dimensi resiliensi akademik terdiri dari *confidence*, *control*, *composure*, dan *commitment* yang dapat dijelaskan sebagai berikut:

a. *Confidence (self-belief)*

*Confidence* atau *self-belief* adalah keyakinan dan kepercayaan siswa pada kemampuan mereka untuk memahami maupun untuk melakukan tugas-tugas akademik dengan baik.

b. *Control (a sense of control)*

*Control* adalah kemampuan siswa untuk mengolah dan mengendalikan berbagai tuntutan atau tantangan yang datang dalam aktivitas belajarnya.

c. *Composure (low-anxiety)*

Seseorang yang memiliki *low-anxiety* mampu mengontrol perasaan negatifnya seperti perasaan tidak nyaman, mengatasi *stress*, fokus dan berpikir jernih ketika mengambil sebuah keputusan dan tidak terpengaruh dengan keadaan yang menekan. (Connor & Davidson, 2003)

d. *Commitment (persistence)*

*Commitment* atau *persistence* (kegigihan) adalah kemampuan siswa untuk terus berusaha dalam menyelesaikan jawaban atau memahami sebuah

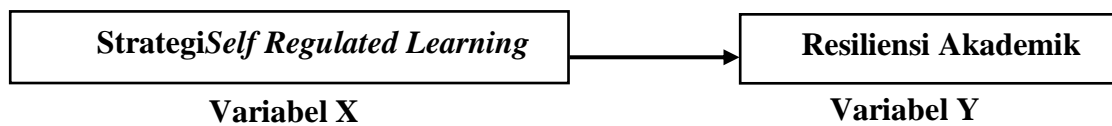
masalah meskipun masalah tersebut cenderung sulit dan penuh dengan tantangan.

### **B. Strategi *Self Regulated Learning***

Menurut Zimmerman (1989), strategi *self regulated learning* merupakan strategi belajar dimana tindakan dan proses yang dilakukan diarahkan pada keterampilan mengolah informasi dan kemampuan termasuk mengatur, membuat tujuan dan olah kognitif dari pembelajar. Menurut Baumert, Klieme, Neubran dan Prenzel (2002, dalam Ormrod, 2009: 38), strategi *self regulated learning* merupakan proses yang secara terus menerus mengawasi dan mengontrol pembelajaran seseorang. Indikator-indikator yang dapat digunakan untuk mengungkap strategi *self regulated learning* yang kemukakan oleh Zimmerman (1989) antara lain:

1. *Organizing and transforming* (mengorganisasi dan melakukan perubahan) adalah pernyataan yang mengindikasikan siswa berinisiatif menyusun kembali bahan-bahan pelajaran untuk meningkatkan kualitas proses belajarnya.
2. *Rehearsing and memorizing* (berlatih dan menghafal) adalah pernyataan yang mengindikasikan siswa berinisiatif menghafal materi pelajaran dengan cara melakukan latihan atau mengulang-ulang materi.
3. *Goal setting and planning* (menetapkan tujuan dan merencanakan) merupakan pernyataan yang mengindikasikan siswa menetapkan sub tujuan, merencanakan urutan langkah-langkahnya, menetapkan pengatur waktu dan menyelesaikan kegiatan yang berhubungan dengan tujuan belajarnya.
4. *Selfevaluating* (mengevaluasi diri) merupakan pernyataan yang mengindikasikan siswa berinisiatif untuk mengevaluasi kualitas atau kemajuan belajarnya.
5. *Self consequences* (memberikan konsekuensi kepada diri) merupakan pernyataan yang mengindikasikan mahasiswa menyusun atau mengkhayalkan akan memperoleh *reward* jika mengalami keberhasilan, dan memberi punishment kepada dirinya sendiri apabila mengalami kegagalan
6. *Seeking information* (mencari informasi) adalah pernyataan yang mengindikasikan siswa berinisiatif untuk mencari informasi terkait tugas-tugas selanjutnya.
7. *Keeping record and monitoring* (mencatat dan mempelajarinya) adalah pernyataan yang mengindikasikan siswa berinisiatif untuk mencatat hal-hal yang dianggap penting berkenaan dengan apa yang dipelajari selama proses yang dihadapinya.

8. *Environmental structuring* (menata lingkungan) merupakan pernyataan yang mengindikasikan siswa berinisiatif untuk memilih atau menata kondisi lingkungan fisiknya, sehingga mempermudah dalam proses belajarnya.
9. *Seeking social and assistance* (mencari bantuan sosial) merupakan pernyataan yang mengindikasikan mahasiswa mencoba mendapatkan bantuan dari lingkungan sosial dalam belajarnya.
10. *Reviewing record* (mempelajari kembali catatan-catatan) merupakan pernyataan yang mengindikasikan mahasiswa mengambil inisiatif untuk membaca kembali catatan-catatan yang telah dibuatnya.



Gambar 1 Kerangka Konseptual

## Metode Penelitian

### Jenis Penelitian

Berdasarkan pendekatan dan jenis data yang digunakan, penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Pada penelitian ini, metode yang digunakan oleh peneliti adalah metode penelitian kuantitatif yang bersifat korelasi. Menurut Arikunto (2011: 4), penelitian korelasi adalah penelitian yang dilakukan untuk mengetahui tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih, tanpa melakukan perubahan, tambahan atau manipulasi terhadap data yang memang sudah ada.

### Definisi Operasional

#### 1. Variabel Bebas (*Independent Variable*):

Strategi *self regulated learning* adalah strategi belajar dimana mahasiswa memiliki proses aktif dan konstruktif dalam menetapkan tujuan untuk proses belajarnya secara terus menerus dalam mengawasi dan mengontrol pembelajaran dengan melibatkan metakognisi, motivasi, dan perilaku dalam proses belajar dan bergantung pada motivasi belajar dan individu berusaha untuk memonitor kemajuan belajarnya.

Indikator-indikator yang digunakan peneliti untuk mengungkap strategi *self regulated learning* adalah sebagaimana yang dikemukakan oleh Zimmerman (1989) antara lain:

1. *Organizing and transforming* (mengorganisasi dan melakukan perubahan)
2. *Rehearsing and memorizing* (berlatih dan menghafal)
3. *Goal setting and planning* (menetapkan tujuan dan merencanakan)
4. *Self evaluating* (mengevaluasi diri)
5. *Self consequences* (memberikan konsekuensi kepada diri)

6. *Seeking information* (mencari informasi)
7. *Keeping record and monitoring* (mencatat dan mempelajarinya)
8. *Environmental structuring* (menata lingkungan)
9. *Seeking social and assistance* (mencari bantuan sosial)
10. *Reviewing record* (mempelajri kembali catatan-catatan)

Pengukuran variabel dalam penelitian ini menggunakan skala Likert dengan interretasi semakin tinggi skor maka semakin tinggi strategi *self regulated learning* bagi individu, sebaliknya semakin rendah skor maka semakin rendah strategi *self regulated learning* bagi individu.

## 2. Variabel Terikat (*Dependent*)

Resiliensi akademik adalah kemampuan pembelajar untuk mengatasi berbagai kesulitan yang mana pembelajar tersebut dapat beradaptasi dan bangkit dari keadaan yang menekan, hambatan, dan tantangan dalam ranah akademik sehingga dengan demikian individu dapat melaksanakan tuntutan akademik dengan optimal. Indikator-indikator yang digunakan peneliti untuk mengungkap resiliensi akademik sebagaimana dimensi yang dikemukakan oleh Martin dan Marsh (2003) antara lain:

1. *Confidence (self-belief)*
2. *Control (a sense of control)*
3. *Composure (Low-anxiety)*
4. *Commitment (persistence)*

Pengukuran variabel dalam penelitian ini menggunakan skala Likert dengan interpretasi semakin tinggi skor maka semakin tinggi resiliensi akademik bagi individu, sebaliknya semakin rendah skor maka semakin rendah resiliensi akademik bagi individu.

## **Populasi Dan Teknik Pengambilan Sampel**

Populasi dalam penelitian ini adalah 147 mahasiswa. Teknik sampling yang digunakan adalah *Simple Random Sampling* yakni teknik penentuan sampel yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam suatu populasi (Sugiyono, 2015:82). Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 97 subjek yang didapatkan dari tabel *Isaac* dan *Michael* dengan taraf kesalahan 10%.

## **Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuisioner. Skala yang digunakan dalam penelitian ini ialah skala Likert dengan 5 skala.

## **Uji Validitas**

Validitas mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. (Azwar, 2015:8). Jenis validitas yang digunakan dalam penelitian ini ialah validitas isi. Azwar (2015: 42) menjelaskan, validitas isi merupakan validitas yang diestimasi melalui pengujian terhadap isi tes dengan analisis rasional atau melalui *Expert Judgement*. Pernyataan yang dicari jawabannya dalam validasi ini adalah sejauh mana aitem-aitem tes mewakili komponen-komponen dalam keseluruhan kawasan isi objek yang hendak diukur dan sejauh mana aitem-aitem tes mencerminkan ciri perilaku yang hendak diukur.

### Uji Reliabilitas

Azwar (2014:180) menyatakan bahwa reliabilitas mengacu pada konsistensi atau kepercayaan hasil alat ukur, yang mengandung makna kecermatan pengukuran. Teknik reliabilitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah reliabilitas *Alpha Cronbach* hal tersebut karena instrumen penelitian ini berbentuk angket dan skala. Reliabilitas yang tinggi ditunjukkan dengan nilai  $r_{xx}$  yang mendekati 1, akan tetapi secara umum reliabilitas yang dianggap sudah cukup memuaskan jika angka reliabilitas menunjukkan  $\geq 0,700$  (Suryabarata, 2012:28).

## Hasil dan Pembahasan

### Data Hasil Penelitian

Analisis data dilakukan dengan bantuan program SPSS versi 22.0 *for windows* dengan menggunakan system operasi *Analyze>Correlate>Bivariate*.

**Tabel 1 Uji Korelasi**

Variabel	N	Sig (2-tailed)	<i>Pearson Correlation</i>
Strategi <i>Self Regulated Learning</i> Resiliensi Akademik	97	0.000	0.656

**Sumber:** SPSS *version 22.0 for windows*

Hasil analisis data korelasi *Spearman Rho* menunjukkan angka  $r = 0.656$ ,  $p = 0.000$  pada sig. (2-tailed) yang berarti korelasinya sangat signifikan karena lebih kecil dari 0,05 ( $p < 0.05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa hasil perhitungan korelasi dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara strategi *self regulated learning* dengan resiliensi akademik pada mahasiswa sore Program Studi Teknik Informatika dan Teknik Elektro Universitas Muhammadiyah Gresik.

**Tabel 2 Kategori Interpretasi Koefisien Korelasi**

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
--------------------	------------------



0,00 – 0,199	Sangat Rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,00	Sangat Kuat

Tabel 2 di atas merupakan tabel kategori interpretasi koefisien korelasi (Sugiyono, 2011: 184). Berdasarkan tabel 4.9, nilai  $r = 0,656$  menunjukkan tingkat korelasi kuat. Berdasarkan hasil korelasi yang diperoleh uji signifikansi korelasi *spearman rho* dikonsultasikan pada tabel *r spearman rho* dengan taraf kesalahan 5% untuk  $N = 97$ , taraf kesalahan 5% hasil yang didapat pada analisis  $r$  hitung =  $0,656$  lebih besar dari  $r$  tabel yaitu sebesar  $0,199$  dengan demikian  $r$  hitung =  $0,656$ ,  $p = 0.000$  taraf signifikan  $p < 0,05$  dan  $df = N-2 = 97-2 = 95$  dapat diperoleh harga  $r$  tabel =  $0.199$ , hasil tersebut menggambarkan bahwa  $r$  hitung  $>$   $r$  tabel yaitu,  $0,656 > 0,199$  sehingga korelasi dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara variabel X dan variabel Y. Koefisien determinasi ( $R^2$ ) dari  $r = 0,656^2 = 0,43$ . Artinya  $r^2 = 0,43$  yang menginformasikan bahwa sumbangan variabel strategi *self regulated learning* dengan resiliensi akademik pada mahasiswa sore Program Studi Teknik Informatika dan Teknik Elektro Universitas Muhammadiyah Gresik yang bekerja adalah sebesar 43%, sedangkan sisanya 59% oleh variabel lain yang tidak diteliti.

## Pembahasan

Berdasarkan hasil uji korelasi strategi *self regulated learning* dan resiliensi akademik diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel *self regulated learning* dengan resiliensi akademik. Hal tersebut dibuktikan dari hasil analisis data yang menunjukkan nilai koefisien =  $0,656$   $p = 0,000$  ( $p < 0,005$ ) taraf signifikansi  $p = 0.000$  lebih kecil dari  $0,005$  menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara strategi *self regulated learning* dengan resiliensi akademik pada mahasiswa sore Program Studi Teknik Informatika dan Teknik Elektro yang bekerja di Universitas Muhammadiyah Gresik.

Dalam penelitian ini, koefisien determinasi ( $R^2$ ) dari  $r = 0,656^2 = 0,43$  menginformasikan bahwa sumbangan variabel strategi *self regulated learning* dengan resiliensi akademik pada mahasiswa kelas sore Program Studi Teknik Informatika dan Teknik Elektro Universitas Muhammadiyah Gresik yang bekerja adalah sebesar 43%, sedangkan sisanya 57% oleh variabel lain yang tidak diteliti. Variabel lain yang belum dibatasi oleh peneliti lainnya seperti yang dikemukakan oleh Everall, Altrows, dan Paulson (2006) berpendapat bahwa resiliensi akademik juga dapat dipengaruhi oleh variabel lain Kemampuan kognitif individu, konsep diri, harga diri, dan kompetensi sosial. Salah satu faktor yang mempengaruhi

resiliensi akademik adalah kemampuan kognitif pada individu dapat meningkatkan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Karimi, Abedi dan Farahbakh (2014) mengungkapkan bahwa strategi *self regulated learning* dapat mempengaruhi ranah kognisi dan motivasi sehingga perilaku tersebut mampu memberikan efek terhadap keterampilan belajar anak di kelas, yang akhirnya mengarahkan pada lingkungan belajar akademik dan meningkatkan resiliensi akademik siswa.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa aitem strategi *self regulated learning* yang banyak dipilih oleh responden mahasiswa sore Program Studi Teknik Informatika dan Teknik Elektro yang bekerja adalah aitem nomor 39 dengan prosentase 92,8%. Hal tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa kelas sore Program Studi Teknik Informatika dan Teknik Elektro Universitas Muhammadiyah Gresik yang bekerja menerapkan beberapa strategi *self regulated learning* yang mana berkaitan dengan bagaimana individu berusaha mencari bantuan sosial dalam hal akademik.

Sedangkan aitem strategi *self regulated learning* yang banyak dipilih oleh responden mahasiswa sore Program Studi Teknik Informatika dan Teknik Elektro yang bekerja adalah aitem nomor 17 dengan prosentase 94,8%. Hal tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa sore prodi teknik informatika dan Teknik Elektro yang bekerja di Universitas Muhammadiyah Gresik melihat masalah sebagai tantangan yang harus dihadapi bukan untuk dihindari, mahasiswa juga melihat tantangan bukan sebagai hambatan melainkan sesuatu yang harus dikerjakan, selain itu sebagian mahasiswa merasa mampu menyelesaikan setiap tugas yang diberikan dosen dengan baik. Hal tersebut sesuai dengan pendapat dari Martin dan Marsh (2003) resiliensi akademik akan memotret bagaimana mahasiswa mengatasi berbagai pengalaman negatif atau tantangan yang sedemikian besar, menekan dan menghambat selama proses belajar, sehingga mereka mampu beradaptasi dan melaksanakan setiap tuntutan akademik dengan baik.

## **Kesimpulan dan Saran**

### **Kesimpulan**

Strategi *self regulated learning* dengan resiliensi akademik memiliki hubungan yang signifikan dengan nilai signifikansi  $p = 0,000$  artinya  $p < 0,05$ , nilai  $r = 0,656$  menunjukkan tingkat korelasi kuat, sehingga dalam penelitian ini  $H_a$  diterima sedangkan  $H_0$  ditolak. Hubungan antara strategi *self regulated learning* dengan resiliensi akademik pada mahasiswa sore Program Studi Teknik

Informatika dan Teknik Elektro Universitas Muhammadiyah Gresik yang bekerja sebesar 43%, sedangkan sisanya 59% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti. Adapun variabel tersebut di antaranya yaitu faktor protektif internal, faktor protektif eksternal (Henderson & Milstein, 2003). Selain itu terdapat juga faktor pribadi, faktor perilaku, dan faktor lingkungan (Zimmerman, 1989).

## Saran

### a. Bagi Mahasiswa Kelas Sore Pogram Studi Teknik Informatika dan Teknik Elekto yang Bekerja

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa Program Studi Teknik Informatika dan Teknik Elektro Universitas Muhammadiyah Gresik yang bekerja cenderung berusaha mencari bantuan sosial dalam hal akademik, di mana individu memerlukan bantuan orang lain ketika megalami kesulitan dalam perkuliahan maupun untuk menambah wawasan pada suatu materi perkuliahan. Berdasarkan data tersebut peneliti menyarankan agar mahasiswa tetap mempertahankan atau meningkatkan kemampuannya dalam menghadapi suatu masalah dengan mencari banuan sosial.

### b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Berdasarkan hasil penelitian ini, strategi *self regulated learning* dapat memberikan sumbangan untuk meningkatkan resiliensi akademik. Peneliti selanjutnya dapat meneliti faktor lain resiliensi akademik atau menggunakan konstruk lain yang mungkin dapat memberikan tingkat korelasi yang lebih tinggi. Selain itu pada penelitian ini, taraf kesalahan dalam penentuan jumlah sampel ialah 10%. Peneliti menyarankan agar peneliti selanjutnya dapat meninjau kembali taraf toleransi kesalahan pada penenlitian selanjutnya, yang mana diharapkan dengan semakin kecil taraf toleransi kesalahan yang digunakan maka penelitian akan memiliki tingkat kepercayaan yang lebih tinggi.

## Daftar Pustaka

- ACHA, A. C. (2013). *Thompson Rivers University*. Retrieved from TRU: ([https://www.truca/\\_shared/assets/NCHA\\_II\\_Spring\\_201329926.pdf](https://www.truca/_shared/assets/NCHA_II_Spring_201329926.pdf)), diakses 17 Juni 2019.
- Ahmadi, A. (1999). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto. (2011). *Prosedur Suatu Penelitian Praktis*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

- Azwar, S. (2014). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2015). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Connor, K., & Davidson, J. (2003). Development of A New Resilience Scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Journal of Depression and Anxiety*, (Online), 18 (2):76-82, ([http://www.researchgate.net/publication/105761109\\_Development\\_of\\_A\\_New\\_Resilience\\_Scale\\_The\\_Connor\\_Davidson\\_Resilience\\_Scale\\_CD-RISC](http://www.researchgate.net/publication/105761109_Development_of_A_New_Resilience_Scale_The_Connor_Davidson_Resilience_Scale_CD-RISC)), diakses 12 April 2019.
- Everall, R.D, Jessica, K and Paulson. (2006). Creating a future: A study of resilience in suicidal female adolescent. *Journal of Counseling and Development*, (Online), 84(1): 461-470, (<http://www.onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/j.15566678.2006.tb00430.x>), diakses 14 April 2019.
- Grotberg, E. H. (1995). A Guide To Promoting Resilience In Children trengthening The Human Spirit. *Benard Van Leer Fondation*, (Online), (1):1-39, Lazarus, R. (1974). Psychological Stress and Coping I Adaption and Illness. *Journal Psychiatry in Medicine*, (Online), 5(4): 321-333, (<http://www.journals.sagepub.com/doi/10.2190/T43t-84P3-QDUR-7RTP>), diakses 13 Mei 2019.
- Henderson, N., & Milstein, M. M. (2003). Resiliency in schools: Making it happen for students and educators. *USA: Corwin Press, Inc*, (Online), (1):1-10, ([http://www.researchgate.net/publication/11279116\\_Resiliency\\_in\\_schools\\_Making\\_it\\_happen\\_for\\_students\\_and\\_educators](http://www.researchgate.net/publication/11279116_Resiliency_in_schools_Making_it_happen_for_students_and_educators)), diakses 13 April 2019.
- Karimi, M., Abedi, A. & Farahbakhs, K. (2014). The Effect of Self Regulatory Learning Strategies for the Academic Resiliency of Female High School Shahed Student in the City of Esfahan (2013-2014). *International Journal of Basic Sciences & Applied Research*, (Online), 3(1): 83-89, ([http://www.researchgate.net/publication/115429608\\_The\\_Effect\\_of\\_Self\\_Regulatory\\_Learning\\_Strategies\\_for\\_the\\_Academic\\_Resiliency\\_of\\_Female\\_High\\_School\\_Shahed\\_Student\\_in\\_the\\_City\\_of\\_Esfahan](http://www.researchgate.net/publication/115429608_The_Effect_of_Self_Regulatory_Learning_Strategies_for_the_Academic_Resiliency_of_Female_High_School_Shahed_Student_in_the_City_of_Esfahan)), diakses 09 Desember 2018.
- Martin, A. J., & Marsh, H. (2003). Academic Resilience and the Four Cs: Confidence, Control, Composure, and Commitment. *Paper presented at NZARE AARE*, (Online), ([http://www.researchgate.net/publication/135929608\\_Academic\\_Resilience\\_and\\_the\\_Four-Cs\\_Confidence\\_Control\\_Composure\\_and\\_Commitment](http://www.researchgate.net/publication/135929608_Academic_Resilience_and_the_Four-Cs_Confidence_Control_Composure_and_Commitment)), diakses 1 Desember 2018.
- Masrifah. (2017). *Pengaruh Dukungan Sosil dan Strategi Self Regulated Learning Terhadap Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Pascasarjana Multidisiplin di Universitas Airlangga Surabaya*. Surabaya : Tesis tidak diterbitkan. Surabaya: Unair.

- Mwaura, P.M., Kinai, T., & Oyoo, S.A. (2018). Academic Resilience as a Predictor of Academic Burnout among Form Four Students in Homa-Bay County, Kenya., *International Journal of Education and Research*. (Online), 6(3):187-200, ([http://www.researchgate.net/publication/323840014\\_Academic\\_Resilience\\_as\\_a\\_Predictor\\_of\\_Academic\\_Burnout\\_among\\_Form\\_Four\\_Students\\_in\\_Homa\\_Bay\\_County\\_Kenya](http://www.researchgate.net/publication/323840014_Academic_Resilience_as_a_Predictor_of_Academic_Burnout_among_Form_Four_Students_in_Homa_Bay_County_Kenya)), diakses 2 Juni 2019.
- Ormrod, J. 2009. *Psikologi Pendidikan Membantu Siswa Tumbuh dan Berkembang*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J. W. (2012). *Life Span Development Perkembangan Masa Hidup: Edisi Ketigabelas Jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Sari, D. A., & Wulandari, D. A. (2015). Resiliensi Diri Dalam Menghadapi Tekanan Kehidupan (Studi Pada Istri Anggota TNI Angkatan Darat). *Psychoidea*, (Online), 13(1):12-19, (<http://www.jurnalnasional.ump.ac.id/index.php/PSYCHOIDEA/article/view/1579>), diakses pada 15 Desember 2018.
- Sugiyono, (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Zimmerman, B. J. (1989) A Social Cognitive View of Self Regulated Learning Academic Learning. *Journal of Educational Psychology*, (Online), 81(3): 329-339, (<http://www.pdf.semanticscholar.org/e1ff/53e710437e009f06bc264b093a2ba9523879.pdf>), diakses pada 27 September 2018.
- Zulfikar. (2015). *Detik News: Survei Mahasiswa Inggris yang Bekerja Meningkat*, (Online), (<http://m.detik.com>), diakses pada 11 Desember 2018.