

**PENGARUH *SELF EFFICACY* TERHADAP *ACADEMIC RESILI-  
ENCE* PADA MAHASISWA PSIKOLOGI  
ANGKATAN 2020 UNIVERSITAS ISLAM  
NEGERI MAULANA MALIK  
IBRAHIM MALANG**

**SKRIPSI**



Oleh

**Mukhammad Sakdullah**

**NIM. 17410110**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM  
MALANG**

**2021**

**PENGARUH *SELF EFFICACY* TERHADAP *ACADEMIC RESILI-  
ENCE* PADA MAHASISWA PSIKOLOGI  
ANGKATAN 2020 UNIVERSITAS ISLAM  
NEGERI MAULANA MALIK  
IBRAHIM MALANG**

**S K R I P S I**

Diajukan kepada

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh

gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh:

**Mukhammad Sakdullah**

**NIM. 17410110**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM  
MALANG**

**2021**

HALAMAN PERSETUJUAN

PENGARUH *SELF EFFICACY* TERHADAP *ACADEMIC RESILIENCE*  
PADA MAHASISWA PSIKOLOGI  
ANGKATAN 2020 UNIVERSITAS ISLAM  
NEGERI MAULANA MALIK  
IBRAHIM MALANG

SKRIPSI

Oleh:

Mukhammad Sakdullah

NIM. 17410110

Telah Disetujui Oleh

Dosen Pembimbing



Dr. Zainul Arifin, M. Ag.  
NIP. 19650606 199403 1 003

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi



Dr. Siti Mahmudah, M.Si.  
NIP. 19671029 199403 2 001

HALAMAN PENGESAHAN

PENGARUH *SELF EFFICACY* TERHADAP *ACADEMIC RESILIENCE*  
PADA MAHASISWA PSIKOLOGI  
ANGKATAN 2020 UNIVERSITAS ISLAM  
NEGERI MAULANA MALIK  
IBRAHIM MALANG

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal, 13 Juli 2021

Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing

Penguji Utama

Drs. Zainul Arifin, M. Ag.  
NIP.196506061994031003

Dr. IinTri Rahayu, M.Si  
NIP.197207181999032001

Ketua Penguji

Dr. Mohammad Mahpur, M.Si  
NIP.197605052005011003

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan  
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Pada tanggal, 30 Agustus 2021

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. Sri Mahmudah, M.Si  
NIP.19671029 199403 2 001

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mukhammad Sakdullah

NIM : 17410110

Fakultas : Psikologi UIN Malang

Menyatakan bahwa penelitian yang dibuat peneliti dengan judul "Pengaruh *Self Efficacy* Terhadap *Academic Resillience* Mahasiswa Psikologi Angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang", adalah benar benar penelitian sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali pada kutipan yang disebutkan sumbernya. apabila di kemudian hari ada klaim dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar peneliti bersedia mendapat sanksi akademik.

Malang, 18 Juni 2021

Peneliti



Mukhammad Sakdullah  
NIM. 17410110

## MOTTO

وَإِذَا قِيلَ اٰنۡشُرُوۡا فَاۡنۡشُرُوۡا يَرۡفَعِ اللّٰهُ الَّذِيۡنَ ءَامَنُوۡا مِنْكُمۡ وَالَّذِيۡنَ اٰتَوۡا الْعِلۡمَ دَرَجٰتٍ

*“Dan apabila dikatakan: "Berdirilah kamu", maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat.” Q.S Al Mujadilah (58:11)*

(Departemen Agama, Al-Qur'an Terjemah, 1992:11)

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Penelitian ini peneliti persembahkan Kepada:

Kedua orang tua peneliti Abd Wahab dan Sumiati, juga Melifatun Nafila serta ketiga kakak kandung peneliti yang bernama Muhammad Mahbub, Siti Chikmatus Sa'diyah, dan juga Nuris Shobah. Terimakasih atas segala dukungan, motivasi, doa serta kasih sayang dalam menuntaskan pendidikan sarjana S1.

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur *Alhamdulillah* senantiasa peneliti panjatkan kepada Allah SWT yang dengan rahmat dan hidayahnya dapat menuntaskan penelitian dengan judul “Pengaruh *Self Efficacy* Terhadap *Academic Resillience* Mahasiswa Psikologi Angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang” untuk memenuhi syarat memperoleh gelar sarjana (S1) Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Penyelesaian penelitian ini tidak lepas dari bantuan yang sangat besar dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan banyak terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Abdul Haris, M. Ag., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Dr. Siti Mahmudah, M. Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Dr. H. Rahmat Aziz, M. Si., selaku Dosen Wali yang telah menjadi orang tua kedua selama menempuh pendidikan sarjana.
4. Drs. Zainul Arifin, M. Ag., selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan masukan, saran, serta bimbingan dalam penelitian ini.

5. Segenap sivitas akademika Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, terutama untuk seluruh dosen, terimakasih banyak atas segala ilmu yang diberikan.
6. Seluruh responden penelitian mahasiswa Psikologi angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang membantu dalam penelitian ini.
7. Semua pihak yang telah ikut berkontribusi membantu dalam penelitian ini

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kata sempurna karena terbatasnya pengetahuan serta kemampuan peneliti, untuk itu peneliti sangat terbuka dengan kritik dan saran yang membangun demi sempurnanya penelitian ini. Akhirnya, dengan kerendahan hati peneliti berharap penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti maupun bagi pembaca.

Malang, 18 Juni 2021

**Mukhammad Sakdullah**  
**NIM: 17410110**

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN .....	iv
MOTTO.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL .....	xi
ABSTRAK.....	xiii
ABSTRACT.....	xiv
ملخص.....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	12
C. Tujuan Penelitian.....	12
D. Manfaat Penelitian.....	13
<b>BAB II KAJIAN TEORI</b> .....	14
A. <i>Academic Resilience</i> .....	14
1. Pengertian <i>Academic Resilience</i> .....	14
2. Aspek <i>Academic Resilience</i> .....	17
3. Faktor <i>Academic Resilience</i> .....	19
4. Dimensi <i>Academic Resilience</i> .....	24
B. <i>Self Efficacy</i> .. .....	28
1. Pengertian <i>Self Efficacy</i> .....	28
2. Indikator <i>Self Efficacy</i> .....	29

3. Aspek <i>Self Efficacy</i> .....	30
4. Faktor <i>Self Efficacy</i> .....	32
C. Pengaruh <i>Self Efficay</i> terhadap <i>Academic Resilience</i> .....	35
D. Perspektif Islam.....	38
1. <i>Academic Ressilience</i> dalam Perspektif Islam.....	38
2. <i>Self Efficacy</i> dalam Perspektif Islam .....	57
E. Hipotesis .....	71
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>72</b>
A. Rancangan Penelitian.....	72
B. Identifikasi Variabel.....	73
C. Definisi Operasional .....	73
D. Strategi Penelitian.....	74
E. Teknik Pengumpulan Data.....	77
F. Validitas dan Reliabilitas.....	79
G. Metode Analisis Data .....	83
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	<b>87</b>
A. Pelaksanaan Penelitian.....	87
B. Hasil Penelitian .....	90
C. Pembahasan.....	102
<b>BAB V PENUTUP</b> .....	<b>114</b>
A. Kesimpulan.....	114
B. Saran.....	115
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>117</b>
<b>LAMPIRAN</b> .....	<b>125</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1. Analisis Komponen Resiliensi.....	43
Tabel 2.2. Analisis Makna .....	49
Tabel 2.3. Analisis Komponen Alquran.....	53
Tabel 2.4. Analisis Komponen.....	61
Tabel 2.5. Analisis Makna .....	66
Tabel 2.6. Analisis Komponen Alquran.....	68
Tabel 3.1. Populasi Penelitian.....	75
Tabel 3.2. Panduan Penilaian.....	78
Tabel 3.3. Skala <i>Academic Resilience</i> .....	78
Tabel 3.4. Skala <i>Self Efficacy</i> .....	79
Tabel 3.5. Kategorisasi.....	85
Tabel 4.1. Uji Validitas Skala <i>Self Efficacy</i> .....	90
Tabel 4.2. Uji Validitas Skala <i>Academic Resillience</i> .....	91
Tabel 4.3. Hasil Uji Reliabilitas .....	91
Tabel 4.4. Kriteria Koefisien Reliabilitas .....	92
Tabel 4.5. Hasil Uji Normalitas .....	93
Tabel 4.6. Hail Uji Linearitas.....	94
Tabel 4.7. Skor Hipotetik dan Empirik <i>Self Efficacy</i> .....	95
Tabel 4.8. Hasil Kategorisasi Data <i>Self Efficacy</i> .....	95
Tabel 4.9. Skor Hipotetik dan Empirik <i>Academic Resillience</i> .....	97
Tabel 4.10. Hasil Kategorisasi Data <i>Academic Resillience</i> .....	97
Tabel 4.11. Uji F .....	99

Tabel 4.12. R <i>Square</i> .....	100
Tabel 4.13. Koefisien .....	100
Tabel 4.14. Hasil Analisis Aspek.....	111

## ABSTRAK

Sakdullah, Mukhammad. 17410110. Psikologi. 2021. *Pengaruh Self Efficacy Terhadap Academic Resillience Mahasiswa Psikologi Angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*. Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

**Pembimbing: Drs. Zainul Arifin, M. Ag**

---

Kata Kunci: *Self Efficacy, Academic Resillience*

*Academic Resillience* merupakan kemampuan mahasiswa untuk tetap tangguh dalam mengatasi kesulitan akademik seperti perubahan situasi kondisi pendidikan dari sekolah menengah atas menuju perguruan tinggi serta penetapan metode pembelajaran secara daring. *Academic Resillience* ditunjukkan dengan performa mahasiswa dalam proses perkuliahan yang dipengaruhi oleh *self efficacy*. *self efficacy* yang dimiliki oleh seseorang akan menentukan bentuk tindakan yang akan mereka pilih, seperti sebanyak apa usaha yang akan dilakukan dalam suatu aktivitas, sekuat apa dan selama apa mereka bertahan dalam menghadapi rintangan dan kegagalan.

Penelitian ini memiliki tujuan antara lain: 1) untuk mengetahui tingkat *Self Efficacy* pada mahasiswa 2) untuk mengetahui tingkat *academic resillience* pada mahasiswa 3) untuk mengetahui adakah pengaruh *self efficacy* terhadap *academic resillience* mahasiswa.

Subjek penelitian ini berjumlah 91 mahasiswa dengan kriteria mahasiswa aktif, mahasiswa angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan proses analisis data regresi sederhana. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: Kategori *self efficacy* mahasiswa dominan pada kategori sedang dengan presentase 58.2% dengan jumlah 53 mahasiswa. Tingkat *academic resillience* mahasiswa dominan berada pada kategori sedang dengan presentase 57.1% dengan jumlah 52 mahasiswa

Hasil analisis regresi menunjukkan nilai R (koefisien korelasi) sebesar 0.987 yang berarti sumbangan efektif yang diberikan oleh *self efficacy* terhadap *academic resillience* sebesar 98.7%, nilai Sig adalah 0.000 ( $p < 0.05$ ) hal tersebut menunjukkan adanya pengaruh signifikan dari *self efficacy* terhadap *academic resillience* pada mahasiswa Psikologi angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, Sehingga hipotesis  $H_a$  dinyatakan diterima yang berarti semakin tinggi *self efficacy* maka semakin tinggi pula *academic resillience* mahasiswa .

## ABSTRACT

Sakdullah, Mukhammad. 17410110. psychology. 2021. the effect of self-efficacy on academic resilience of psychology students batch 2020, Maulana Malik Ibrahim State Islamic University, Malang. faculty of Psychology. Maulana Malik Ibrahim State Islamic University, Malang.

**Supervisor: Drs. Zainul Arifin, M. Ag**

---

Keywords: *Self Efficacy, Academic Resilience*

Academic residency is a student's ability to remain resilient in overcoming academic difficulties such as changing educational conditions and from high school to universities and the determination of online learning methods. Academic resilience is indicated by student performance in the lecture process which is influenced by self-efficacy. The self-efficacy possessed by a person will determine the form of action they will choose, how much effort will be made in an activity, how strong and how long they endured in the face of obstacles and failures.

The test was carried out aimed at 1) knowing the level of self-efficacy in students 2) knowing the level of academic resilience in students 3) determine whether there is an effect of self-efficacy on students' academic resilience.

The subjects of this study were 91 students. With the criteria of active students, students of the 2020 batch of the State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang. This research is a quantitative research with a simple regression data analysis process. The results of this study indicate that: the category of student self-efficacy is dominant in the moderate category with a percentage of 58.2% with a total of 53 students. the level of student academic resilience is dominant in the medium category with a percentage of 57.1% with a total of 52 students.

The results of the regression analysis showed an R value (correlation coefficient) of 0.987, which means that the effective contribution given by self-efficacy to academic resilience is 98.7%, Sig value is 0.000 ( $p < 0.05$ ) this indicates a significant effect of self-efficacy on academic resilience in psychology students batch 2020 Maulana Malik Ibrahim State Islamic University, Malang.

## ملخص

سعدالله، محمد. ١٧٤١٠١١٠. علم النفس. ٢٠٢١. تأثير الكفاءة الذاتية على المرونة الأكاديمية لدفعة طلاب علم النفس ٢٠٢١ ، جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية ، مالانج. كلية علم النفس. جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج

## المشرف: الدكتور زين العارفين ماجستير في الدين

الكلمات المفتاحية: الكفاءة الذاتية ، المرونة الأكاديمية المرونة الأكاديمية هي قدرة الطلاب على البقاء مرنين في التغلب على الصعوبات الأكاديمية مثل تغيير الظروف التعليمية من المدرسة الثانوية إلى الكلية وتحديد أساليب التعلم عبر الإنترنت. يشار إلى المرونة الأكاديمية من خلال أداء الطالب في عملية المحاضرة التي تتأثر بالكفاءة الذاتية. الكفاءة الذاتية التي يمتلكها الشخص ستحدد شكل العمل الذي سيختاره ، كنحو مقدار الجهد الذي سيُبذل في نشاط ما ، ومدى قوته ومدة استمراره في مواجهة العقبات والإخفاقات.

الشهادات العالية تؤدي إلى الجهد والمثابرة في معالجة المشاكل وتحقيق الأهداف العليا. يتم إجراء الاختبار بهدف (١) معرفة مستوى الكفاءة الذاتية لدى الطلاب (٢) معرفة مستوى المرونة الأكاديمية لدى الطلاب (٣) اكتشاف ما إذا كان هناك تأثير للكفاءة الذاتية على المرونة الأكاديمية للطلاب

بلغ مجموع المواد البحثية ٩١ طالبًا مع معايير الطالب النشطة ، فئة طلاب ٢٠٢٠ جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية ، مالانج. هذا البحث هو بحث كمي في عملية تحليل بيانات الانحدار البسيط. تشير نتائج هذه الدراسة إلى أن: فئة الكفاءة الذاتية لدى الطلاب هي المسيطرة في الفئة المتوسطة بنسبة مئوية من ٥٨.٢% بإجمالي ٥٣ طالبًا. مستوى المرونة الأكاديمية للطلاب المهيمن هو في الفئة المتوسطة بنسبة مئوية ٥٧.١% بإجمالي ٥٢ طالبًا.

أظهرت نتائج تحليل الانحدار قيمة معامل الارتباط ٠.٩٨٧ وهو ما يعني المساهمة الفعالة التي تقدمها الكفاءة الذاتية للمرونة الأكاديمية بنسبة ٩٨.٧% قيمة كبيرة هي ٠.٠٠٠ (ف > ٠.٠٥) هذا يدل على أن هناك تأثيرًا كبيرًا للفعالية الذاتية على المرونة الأكاديمية في فئة طلاب علم النفس لعام ٢٠٢٠ جامعة مولانا مالك إبراهيم الحكومية للغوص مالانج

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Menteri Riset Teknologi dan Perguruan Tinggi (Menristekdikti), untuk dapat bersaing secara global maka hal yang harus diperhatikan adalah menciptakan produk dengan kualitas yang mumpuni dalam pendidikan dengan menghasilkan penelitian-penelitian dalam bidang teknologi dan sains (Indrawan, 2016). Perguruan tinggi menjadi sebuah wadah untuk menghasilkan individu dengan jiwa pemimpin sebagai calon ekonom yang memiliki bukan sekedar gelar namun juga mencakup keterampilan, pengetahuan, keyakinan, pengalaman, dan perilaku luhur yang mampu bersaing dipasar global (Asmawi, 2005 : 67). Perguruan tinggi dalam UU No. 20 Tahun 2003 Pasal 19 ayat 1 diartikan sebagai “jenjang pendidikan setelah pendidikan menengah mencakup program pendidikan diploma, sarjana, magister, spesialis, dan doktor yang diselenggarakan oleh Perguruan Tinggi.”.

Penelitian ini menekankan pada perguruan tinggi sarjana (S1). Mahasiswa pada jenjang ini termasuk dalam kategori remaja akhir serta dewasa awal. Santrock (2011) menyatakan bahwa masa dewasa awal berada pada rentang usia 18-25 tahun, yang ditandai dengan aktivitas yang bersifat eksplorasi serta eksperimen. Masa dewasa awal merupakan masa untuk meniti karir dan bekerja, meluangkan untuk hal-hal yang disukai, menjadi warga yang bertanggung jawab. Masa dewasa

awal merupakan masa penemuan, pencarian, reproduktif, dan pematapan pada masalah, komitmen, isolasi sosial, perubahan nilai, ketergantungan, kreatifitas, serta penyesuaian diri dengan tanggung jawab yang semakin bertambah besar (Putri, 2019 : 36). Sesuai dengan apa yang dinyatakan oleh (Hurlock, 1996) dewasa awal merupakan penyesuain diri dengan standar sosial serta pola kehidupan yang baru. Penyesuaian diri terhadap tuntutan peran mahasiswa dan tugas perkembangan dapat menimbulkan *stress* pada mahasiswa (Lazarus, 1974). Pemicu *stress* mahasiswa berupa penyesuian diri terhadap lingkungan perguruan tinggi seperti tugas, standar akademikk, dan aturan yang diterapkan.

Sesuai dengan hasil survey oleh *American College Health Association's* (ACHA) pada 2013 terhadap mahasiswa berjumlah 937 sebesar 37% memiliki perasaan yang terbebani oleh tanggung jawab akademik, 25.8% merasakan cemas terhadap tuntutan akademik dan 15.8% merasa depresi terhadap tuntutan akademik. Sesuai dengan survey tahun 2015 oleh *Billingsley* terkait kesehatan mental terhadap 1122 mahasiswa kedokteran menunjukkan bahwa 30% mahasiswa pernah dirawat akibat tuntutan pembelajaran oleh profesional dinyatakan mengalami masalah mental yang signifikan, 15% mengalami depresi secara signifikan akibat kesulitan akademik, dan 14.9% dari mahasiswa pernah berkeinginan untuk mengakhiri hidup akibat tidak kuat kesulitan akademik.

Amelia dkk (2014 : 1), transisi seorang siswa dari sekolah menengah atas menjadi mahasiswa di perguruan tinggi memicu *stess* bagi individu. Perubahan

hidup yang dialami terjadi saat memasuki lingkungan perkuliahan, perubahan di alamipaling sering di tahun pertama kuliah. Siswa lulusan sekolah menengah atas mampu dengan mudahnya mencapai kesuksesan saat di sekolah, namun tidak seperti ketika berada di perguruan tinggi. Perbedaan sistem pembelajaran di perguruan tinggi menuntut mahasiswa agar mempunyai kemampuan yang lebih baik ( Fitzgerald, 2004). Kegagalan dalam beradaptasi dengan perubahan tersebut dapat berisiko bagi mahasiswa baru mengalami *stress* (Sukoco, 2014 : 2).

Gunarsa dan Gunarsa (1995) menyatakan mahasiswa memiliki tantangan tersendiri yaitu mahasiswa akan menghadapi berbagai perubahan seperti contoh perubahan diakibatkan bermacam-macam sifat pendidikan sekolah menengah atas dengan perguruan tinggi, pemilihan bidang studi atau jurusan, hubungan sosial, serta masalah ekonomi. Greenberg (2004, dalam Mulya & Indrawati, 2016 : 297) menyimpulkan *stressor* terjadi pada mahasiswa diantaranya adalah perubahan gaya hidup, jumlah mata kuliah yang diambil, pertemanan, rasa malu, cinta, dan nilai. Persaingan akademik sesama mahasiswa yang ketat ialah salah satu penyebab *stress* mahasiswa. Selain itu *stressor* dari akademik ialah jadwal kuliah yang padat, tugas menumpuk, bahan ujian banyak, IPK rendah, serta masalah akademik lainnya (Amelia dkk, 2014 : 2). Dari penjelasan di atas diketahui bahwa mahasiswa baru memiliki bermacam-macam tantangan akademik dalam memasuki lingkungan perguruan tinggi seperti persaingan akademik, jumlah mata kuliah, jadwal kuliah yang padat, dan banyaknyatugas yang menumpuk. Tantangan lain

yang dialami mahasiswa pada kondisi saat ini adalah adanya kebijakan untuk melakukan kegiatan pembelajaran menggunakan metode daring.

Musthofa, Chodzirin t Mustofa, Chodzirin & Sayekti (2019 : 153) menyebutkan pembelajaran daring merupakan penggunaan jaringan internet atau online dalam proses pembelajaran. Sejalan dengan Zhafira (2020 : 38) metode belajar daring dilakukan oleh hampir setiap institusi pendidikan “demi memutus rantai penyebaran virus dan menjaga keamanan serta keselamatan peserta didik dan tenaga pendidik. Dengan adanya himbauan tersebut maka proses pembelajaran pun dilakukan dari rumah dengan memanfaatkan teknologi dan media internet”.

Pembelajaran daring menimbulkan kesulitan untuk memahami pembelajaran karena terbatasnya kesempatan untuk pembelajaran tatap muka atau interaksi secara langsung serta fasilitas pembelajaran. Terdapat pengaruh yang positif antara interaksi guru dan siswa dengan fasilitas belajar terhadap prestasi pembelajaran (Meilani, 2015 : 7). Interaksi guru ketika pembelajaran daring menjadi terbatas hanya dengan komunikasi secara visual saja sehingga mempengaruhi kemampuan peserta didik dalam mencapai prestasi belajar. Penelitian serupa oleh Cahyani, Listiana, Larasati (2020 : 123) menunjukkan bahwa menurunnya motivasi belajar peserta didik pada pembelajaran dalam jaringan. Pembelajaran mahasiswa yang dilakukan secara daring merupakan hal sulit bagi mereka dalam pemahaman serta penguasaan materi pelajaran dikarenakan dosen kurang jelas dalam menerangkan materi (Megawati, Megawanti, Nur Khafifah, 2020). Owusu dkk (2020) meny-

takan pembelajaran daring berdampak negatif pada mahasiswa dikarenakan mereka belum terbiasa belajar secara efektif dan mandiri.

Penelitian yang dilakukan oleh Astini (2020) tentang tantangan yang dihadapi mahasiswa dalam pembelajaran daring ada masa *covid-19* dengan metode survey pada mahasiswa tahun pertama dan tahun kedua. Hasil penelitian menunjukkan 50% mahasiswa belum memiliki laptop, sebanyak 80% mahasiswa merasa kesulitan dalam memperoleh *signal*, dan boros penggunaan paket data. Mahasiswa sebanyak 61.5% menunjukkan belum pernah melakukan kegiatan pembelajaran daring sehingga dapat disimpulkan bahwa perkuliahan dirasa kurang efektif.

Peneliti menyimpulkan bahwa kesulitan mahasiswa baru ialah yang pertama mereka dihadapkan dengan bermacam perubahan seperti tugas yang menumpuk, dan jadwal kuliah yang padat, kedua penetapan metode pembelajaran secara dring yang diterapkan sehingga menjadi terbatasnya kesempatan belajar dengan tatap muka di kelas. Oleh karena itu mahasiswa baru perlu memiliki ketahanan diri yang baik dalam menghadapi tantangan tersebut agar terhindar dari *stress* akademik. Suatu proses penyesuaian diri yang baik dalam merespon suatu tantangan dengan kekuatan, kemampuan menghadapi permasalahan akademik dalam psikologi disebut dengan *Academic Resilience*.

Resiliensi sendiri diartikan sebagai suatu kemampuan individu dalam mengatasi dan memeberikan responn terhadap suatu permasalahan ataupun trauma secara

baik yang dapat memicu adanya stress (Reivich & Shatte, 2002 : 38). Resiliensi dalam setting kaademik mengidentifikasi alasan alasan mahasiswa yang memiliki resiko dapat berhasil dan gagal dalam akademik. (Gestee, 2010 : 7). Pada kenyataannya dalam setting akademik memiliki tantangan, stress serta tekanan tersendiri yang bersifat dinamis (Martin & Marsh, 2009 : 354) dan kemampuan dalam menghadapi kesulitan tersebut dikenal sebagai *Academic Resilience*. (Martin & Marsh, 2003 : 353). Penggunaan istilah *Academic Resilience* mendeskripsikan mahasiswa dengan kemampuan untuk mempertahankan taraf prestasi yang tinggi, kinerja serta motivasi, walaupun dihadapkan dengan suatu peristiwa yang penuh tekanan serta kondisi yang mampu menempatkan pada resiko buruk hingga terancam drop out (Alva, dalam Waxman, Gray dan Padron, 2003 : 12).

Mahasiswa dengan *Academic Resilience* mampu untuk melakukan problem solving yang baik, berpikir kritis serta memiliki inisiatif yang baik dalam pembelajaran (Bernard: 1991 dalam Chasanah, 2019 : 10). Sari dan Wulandari (2015) menyatakan *Academic Resilience* dibutuhkan untuk mengatasi *stress* serta situasi yang merugikan. *Academic Resilience* penting dimiliki oleh mahasiswa karena dapat berpengaruh pada cara seseorang dalam memberikan respon dan menyikapi *problem* secara positif dalam hidupnya (Asriandari, 2015). *Academic Resilience* dipengaruhi oleh faktor resiko dan protektif (internal dan eksternal). Protektif internal mencakup kerja sama, empati, kesadaran diri, *problem solving*, religiusitas, tujuan dan aspirasi, dan *self efficacy* (Grotberg, 1995 : 11). Penelitian yang dil-

akukan oleh Hartuti dan Mangunsong (2009 : 107) tentang pengaruh faktor protektif (internal dan eksternal) pada *academic resilience* siswa penerima bantuan menghasilkan kesimpulan bahwa faktor protektif internal yang berpengaruh dengan signifikan adalah *self efficacy*.

Rendahnya resiliensi pada diri seseorang dapat dipengaruhi oleh *self efficacy*. Hal ini diungkapkan oleh Jackson dan Watkin (2004) bahwa *self efficacy* merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi. Mereka mengartikan *self efficacy* sebagai kepercayaan bahwa dirinya mampu untuk menyelesaikan masalah dan meraih keberhasilan. Bandura (Myers, 2012 : 72), *Self efficacy* merupakan sebuah bentuk perasaan atas kompetensi individu dalam menjalankan sebuah pekerjaan atau tanggung jawab. *Self efficacy* juga dituturkan sebagai bentuk kepercayaan dalam diri atas kompetensi diri serta secara efektif merupakan hasil atas gratifikasi, dan dari sini dapat dikatakan bahwa *Self efficacy* merupakan bentuk keyakinan individu atas kompetensi yang dimiliki dalam menjalankan sebuah pekerjaan atau tanggung jawab.

*Self efficacy* dapat terbentuk ketika individu mengalami suatu tantangan yang sulit, sehingga individu akan lebih gigih dan bekerja keras dalam menyelesaikan tantangan tersebut. Individu yang berhasil menyelesaikan suatu tantangan maka pengalaman berhasil tersebut dapat mendukung berkembangnya *Self efficacy*, sebaliknya suatu ketidakberhasilan dapat menurunkan *Self efficacy* (Bandura, 1997).

Bandura (Feist & Feist 2011:212) juga menjelaskan bahwa dengan adanya *self efficacy* yang dimiliki oleh seseorang, akan menentukan bentuk tindakan yang akan mereka pilih, sebanyak apa usaha yang akan dilakukan dalam suatu aktivitas, sekuat apa dan selama apa mereka bertahan dalam menghadapi rintangan dan kegagalan, dan bagaimana kesuksesan atau kegagalan dalam suatu tugas mempengaruhi perilaku orang tersebut di masa depan. Tingginya *self efficacy* menyebabkan usaha dan ketekunan dalam menangani masalah dan mendapatkan tujuan yang lebih tinggi. Sementara *self efficacy* yang rendah menyebabkan putus asa dan berhenti bekerja (Bandura dalam Mojdegan, dkk., 2013).

Myers (Putri, dkk., 2011) juga menyatakan bahwa *self efficacy* dalam kehidupan sehari-hari akan mengarahkan individu dalam mencapai tujuan yang menantang dan bertahan dalam menghadapi kesulitan. Hal ini menunjukkan bahwa *self efficacy* memberikan sumbangsih yang cukup kuat terhadap resiliensi yang dimiliki seseorang.

Mahasiswa dengan taraf *Self efficacy* yang tinggi cenderung percaya dengan kemampuan yang dimiliki dirinya dan akan mengembangkan berbagai respon perilaku yang resilien seperti tidak mudah putus asa, tekun, dan tangguh terhadap berbagai hambatan yang dihadapi, sedangkan jika individu merasa malas karena merasa gagal, mudah putus asa, memiliki usaha yang rendah untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan taraf *Self efficacy* yang cenderung rendah. Bandura (1997) mengungkapkan bahwa kecemasan dan perilaku menghindar meningkat

ketika individu memiliki *Self efficacy* yang rendah. Anggraini dkk. (2017) dalam penelitiannya pada siswa kelas XII Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Trawas Kabupaten Mojokerto menunjukkan ada korelasi yang positif dan signifikan antara *Self efficacy* dengan resiliensi.

*Self efficacy* ditemukan memiliki hubungan dalam peningkatan resiliensi (Chemers, dkk.; Pajares; dalam Keye dan Pidgeon, 2013). Berbagai penelitian juga menunjukkan bahwa *self efficacy* atau *academic self efficacy* berhubungan erat dengan resiliensi. Salah satu penelitian mengenai *self efficacy* dan resiliensi adalah penelitian yang dilakukan oleh Yendork dan Somhlaba (2015) pada 200 anak di Accra, Ghana yang terdiri dari 100 anak yatim piatu yang tinggal di panti asuhan dan 100 anak bukan yatim piatu. Penelitian tersebut menunjukkan hasil korelasi positif yang signifikan antara *self efficacy* dengan resiliensi pada kedua grup (yatim piatu dan bukan yatim piatu).

Penelitian serupa dilakukan oleh Riahi dkk. (2015) pada 81 siswa SMA di Iran. Penelitian tersebut menunjukkan koefisien korelasi antara *academic self efficacy* dengan resiliensi ( $r = 0,36$  dan  $p < 0,01$ ). Korelasi ini memiliki arah positif, yakni semakin tinggi *academic self efficacy* pada diri siswa, maka akan semakin tinggi pula resiliensinya.

Penelitian serupa dilakukan oleh Sagone dan Caroli (2013) pada 130 remaja Italia. Dalam penelitian tersebut, Sagone dan Caroli membagi *self efficacy* dalam

dua hal, yaitu *self efficacy* secara umum (*generalized self efficacy*) dan *self efficacy* dalam mata pelajaran (*scholastic self efficacy*). Penelitian tersebut menunjukkan adanya hubungan positif antara *generalized self efficacy* dengan resiliensi, yaitu ditunjukkan dengan nilai ( $r = 0,59$  dan  $p < 0,001$ ).

Penjelasan di atas terkait fenomena dengan permasalahan *stress* akademik di kalangan mahasiswa dapat dipengaruhi oleh kemampuan *academic resilience*, dan dari beberapa penelitian di atas juga menjelaskan *academic resilience* dipengaruhi oleh *self efficacy*. Fenomena tersebut juga terjadi di kalangan mahasiswa angkatan 2020 Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan kepada beberapa mahasiswa angkatan 2020 menunjukkan bahwa mereka mengeluhkan pembejaraan yang diterapkan dengan metode daring. Mahasiswa dengan inisial KL menjelaskan bahwa “*saya merasa kebingungan dengan metode pembelajaran yang diterapkan pada saat ini (daring), soalnya saya juga belum melakukan pembelajaran semacam ini dari SMA saja saya sudah merasa kebingungan dan saya jadi malas apalagi dengan kondisi saya saat ini yang sudah menjadi mahasiswa, dengan kegiatan yang lebih padat ditambah lagi di kampus ini kan ada ma’had, PKPBA, shobahul lughoh, dan Ta’lim, jadi saya ya makin males.*” Hal serupa juga dituturkan oleh mahasiswa dengan inisial MK, ia menuturkan “*saya gak yakin dengan apa yang saya dapat dari apa yang di sampaikan oleh dosen, apalagi rumah saya di pedesaan yang sinyal pun naik turun, Psikologi itu kan juga banyak teori yang baru*

*unt saya sedangka saya tuh dulu pas SMA itu jurusan IPA yang gapernah belajar itu.”. Seorang mahasiswa dengan ini DS juga menambahkan, “saya merasakan peruliahan nini dilakukan dengantidak seriusbagi saya, sulit fokus juga pas di rumah, masuk kelas hanya untuk absen dan mendengarkan dosen bicara, kalopun saya dengerin dosen juga saya ga yakin saya akan paham beda dengan kalo belajar di kelas, saya yakin bisa fokus liat apayang ditulis dosen dan apa yang dosen bicarakan.”.*

Disimpulkan bahwa idealnya mahasiswa memiliki *academic resilience* yang baik untuk bertahan dalam kondisi yang menekan, tapi kenyataannya tidak semua mahasiswa Psikologi angkatan 2020 memiliki *academic resilience* yang baik, dibutuhkan *self efficacy* untuk dapat memuculkan *academic resilience* yang baik. Apabila *self efficacy* rendah maka akan membuat mahasiswa mengalami hambatan dalam mengikuti kegiatan akademik. Oleh karena itu dilakukan penelitian pada kegiatan belajar daring yaitu *self efficacy* dan *acadmic resilience* pada mahasiswa Psikologi angkatan 2020 Universitas Islam Ngeri Maulana Malik Ibrahim Malang dengan judul “Pengaruh *Self efficacy* Terhadap *Academic Resilience* Pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.”

## **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana tingkat *Self Efficacy* Mahasiswa Psikologi Angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang?
2. Bagaimana tingkat *Academic Resilience* Mahasiswa Psikologi Angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang?
3. Apakah terdapat pengaruh *Academic Resilience* Mahasiswa Psikologi Angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang?

## **C. Tujuan**

1. Untuk mengetahui tingkat *Self Efficacy* Mahasiswa Psikologi Angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Untuk mengetahui tingkat *Academic Resilience* Mahasiswa Psikologi Angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Untuk membuktikan apakah terdapat pengaruh *Academic Resilience* Mahasiswa Psikologi Angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

## **D. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmiah untuk

memperluas dunia ilmu pengetahuan dalam disiplin psikologi. Khususnya dalam psikologi pendidikan, psikologi sosial, dan psikologi sekolah.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Individu

Penelitian ini diharapkan akan memberikan pemahaman kepada mahasiswa atau pembaca mengenai pentingnya *self efficacy* terhadap mahasiswa. Jika hipotesis dalam penelitian ini terbukti, diharapkan penelitian ini bisa memberikan gambaran pentingnya meningkatkan *self efficacy* mahasiswa, sehingga mahasiswa mampu memiliki *academic resilience* dalam menghadapi berbagai ujian dan tes.

### b. Bagi Instansi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan kepada instansi pendidikan mengenai pentingnya *self efficacy* untuk meningkatkan prestasi belajar mahasiswa sehingga berdampak pada kemajuan instansi pendidikan tersebut.

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. *Academic Resilience*

##### 1. *Pengertian Academic Resilience*

*Academic Resilience* ditinjau dari bahasa maka memiliki dua kata utama yakni *Academic* dan *Resilience*, yang mana *Academic Resilience* berasal dari bahasa Inggris.

Martin & Marsh (2006 : 269) mencontohkan *Academic Resilience* tersebut seperti "*I think I'm good at dealing with schoolwork pressures* ("Saya rasa saya pandai menangani tekanan tugas sekolah")." Yang mana hal ini melihat terhadap kemampuan peserta didik secara efektif dalam menghadapi kesulitan, serta tantangan, kemunduran, dan juga tekanan lingkungan akademik. Ia juga menambahkan pada penelitiannya (2009 : 353) bahwa *Academic Resilience* merupakan salah satu prediktor yang cukup berpengaruh untuk peserta didik mampu meraskan masa-masa sekolah seperti halnya ikut berpartisipasi di dalam kelas, menjaga harga diri secara umum. Dalam penelitian lain ia juga menyatakan bahwa *Academic Resilience* tersebut mengacu pada keahlian siswa dalam mengatasi tekanan dan kesulitan yang amat sangat dalam proses pendidikan.

Rouse (2001 : 461) mengartikan *Academic Resilience* sebagai sebuah keahlian dalam perkembangan, kematangan, serta peningkatan kompetensi untuk menghadapi rentetan kesulitan dalam suatu situasi serta kondisi.

Masten & Coatsworth (1998) menyebutkan *Academic Resilience* dilihat sebagai patokan dalam menentukan sebuah kesuksesan, *Academic Resilience* dianggap telah terjadi disaat peserta didik mampu menggunakan kemampuan internal maupun eksternal mereka dalam mengatasi segala apa yang terjadi pada pra perguruan tinggi serta mampu melakukan penyesuaian diri dalam keadaan sosial akademik perguruan tinggi. *Morales* juga menambahkan bahwa peng- eksplorasian perkembangan dalam *Academic Resilience* dapat berdampak positif dalam meminimalisir resiko yang ada.

*Academic Resilience* diibaratkan sebagai proses pemaksimalan *protect factor* serta penurun dampak negatif dalam mencapai kesuksesan akademis (Boatman, 2014 : 35).

Bernard (1993 : 4) menyebutkan *Academic Resilience* mempunyai peran yang cukup penting dalam peningkatan pencapaian kesuksesan dalam banyak sisi termasuk akademik dan bahkan lingkungan, dan hal ini dapat dicapai dengan pemfokusan terhadap segala faktor-faktor yang

mampu untuk diubah tanpa terkecuali seperti keterampilan *problem solving*, *Social Competence*, Otonomi. Cassidy (2015 : 2-3) turut mendefinisikan bahwa *Academic Resilience* merupakan sebuah respon kognitif serta sikap yang diambil oleh peserta didik dalam menghadapi kesulitan akademik.

Oyooo ( 2018 : 189) *Academic Resilience* adalah suatu konsep yang mana berfokus terhadap fungsi serta kekuatan peserta didik secara maksimal. *Academic Resilience* memainkan peran moderasi dalam kelelahan akademik, dan Abolmaali & Mahmudi ikut menambahkan bahwa secara signifikan *Academic Resilience* dapat memprediksi prestasi akademik peserta didik.

Yaghoobi (Oyooo, 2018 : 191) berpendapat bahwa *Academic Resilience* dapat dilihat dari berbagai segi termasuk segi efisiensi diri yang peserta didik gunakan dalam meminimalisir banyaknya *problem* dalam diri dan juga lingkungan belajar termasuk kelelahan akademik.

*Academic Resilience* yang baik mampu membuat siswa menghadapi kesulitan serta tekanan akademis. *Academic Resilience* juga merupakan salah satu alasan kuat atas setiap kegiatan-kegiatan akademik peserta didik yang dilakukan dalam melindungi peserta didik terhadap kelelahan akademik (Oyooo, 2018 : 197).

*Academic Resilience* dapat diartikan sebagai keahlian atau kemampuan dalam menghadapi kesulitan, serta stress atau tekanan dalam pengaturan akademis (Rojas, 2015: 65).

Banyaknya pengertian *Academic Resilience* yang tersebut di atas, peneliti menyimpulkan atas *Academic Resilience* sebagai kemampuan yang dimiliki oleh setiap individu atau peserta didik untuk beradaptasi dengan lingkungan akademis untuk meminimalisir resiko-resiko buruk yang akan terjadi dan memaksimalkan faktor-faktor penguat untuk mencapai keberhasilan akademis.

## **2. Aspek-aspek *Academic Resilience***

*Academic Resilience* mempunyai beberapa aspek di dalamnya, Martin & Marsh (2003:11) menjelaskan dalam penelitiannya bahwasanya *Academic Resilience* memiliki empat (4) aspek, antara lain:

### **a. *Self Belief (Confidence)***

*Self Belief* (kepercayaan diri) merupakan suatu sikap percaya terhadap diri sendiri yang mana hal tersebut dimunculkan oleh individu sebagai bentuk pemahaman diri dalam melakukan pekerjaan sekolah, beradaptasi dengan tantangan-tantangan yang dihadapi, serta melakukan semua pekerjaan dengan segenap kemampuan yang dimilikinya.

b. *A Sense of Control*

*A Sense of Control* merupakan *Individual Abilities* atau kemampuan individu yang sangat penting dalam mengatur setiap dorongan yang muncul dalam diri seseorang, hal ini dapat berdampak positif terhadap diri individu dalam kondisi yang sedang dihadapi seperti mengerti mengapa dan bagaimana suatu hal itu bekerja, memperkirakan peristiwa-peristiwa yang mungkin terjadi, dan mampu melakukan *problem solving* terhadap masalah yang terjadi.

c. *Low Anxiety (Composure)*

*Low Anxiety (Composure)* atau kecemasan itu sendiri memiliki dua bagian yaitu khawatir dan merasa cemas. Khawatir disebutkan sebagai bentuk rasa takut seseorang saat dirinya tidak melakukan tugasnya dengan baik. Sedangkan merasa cemas merupakan suatu bentuk rasa ketidakmudahan seseorang ketika mendapatkan sebuah tugas dengan memikirkan dan memandang tugas tersebut. Dengan adanya *Low Anxiety* seseorang akan mampu menekan sisi negatifnya serta mengerjakan tugasnya dengan sikap yang nyaman, tenang, dan terkontrol.

d. *Persistence (Commitment)*

*Persistence (Commitment)* merupakan sebuah bentuk usaha serta kemampuan yang dimiliki dan dimunculkan dalam memahami dan mencari jalan keluar atas masalah yang sedang terjadi. Individu

yang memiliki *High Commitment* komitmen yang tinggi akan dengan mudah menghadapi setiap masalah yang terjadi dan akan jauh dari sikap menyerah, putus asa, dan lain-lain dengan melakukan semaksimal mungkin serta mengevaluasi setiap kekurangan yang ada.

Menurut Benard (2004), *academic resilience* dapat diukur melalui *personal strength* yaitu karakteristik individual dalam perkembangan dan keberhasilan dalam hidup. *Personal strengths* dikategorikan kedalam empat aspek sebagai berikut :

a. Kompetensi Sosial (*Social Competence*)

Kompetensi Sosial merupakan karakteristik, keterampilan, dan sikap dalam membentuk hubungan dan keterikatan positif terhadap orang lain. Kompetensi sosial terdiri dari:

1) Sikap responsif (*Responsiveness*)

Sikap responsif adalah kemampuan dalam memperoleh respon positif dari orang lain. Diartikan sebagai kemampuan yang berusaha membentuk dan menjaga hubungan yang saling memuaskan antar individu.

## 2) Komunikasi (*Communication*)

Keterampilan komunikasi merupakan kemampuan untuk melakukan hubungan interpersonal dan membangun hubungan relasi . Keterampilan ini membawa dampak positif dalam mengurangi konflik interpersonal dan perilaku yang berisiko.

## 3) Empati (*Empathy*)

Empati merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana perasaan orang lain dan memahami perspektif mereka. Kemampuan ini tidak hanya membantu memfasilitasi perkembangan hubungan, juga membantu membentuk moralitas, tindakan memaafkan, keinginan menolong dan memperhatikan orang lain.

## 4) Rasa murah hati (*Compassion*)

Rasa murah hati adalah keinginan dan kemauan untuk menolong serta meringankan penderitaan orang lain.

## b. Kemampuan Pemecahan Masalah (*Problem Solving Skill*)

Kategori yang berisi berbagai kemampuan yang berkontribusi dalam aspek kehidupan individu. Menurut Masten & Coastsworth dalam Benard (2004) menyatakan bahwa kemampuan pemecahan masa-

lah merujuk kepada fungsi intelektual yang baik. Kemampuan ini terdiri atas

1) Kemampuan perencanaan (*Planning*)

Kemampuan individu dalam mengontrol dan merencanakan untuk memiliki masa depan yang positif.

2) Fleksibilitas (*Flexibility*)

Fleksibilitas merupakan kemampuan dalam mencari solusi alternatif untuk menyelesaikan masalah baik kognitif maupun masalah sosial.

3) Kepanjangannya daya akal (*Resourcefulness*)

Kemampuan untuk bertahan hidup meliputi kemampuan dalam mengidentifikasi sumber eksternal dan sumber dukungan. Kemampuan ini merujuk pada kemampuan mencari bantuan, pemanfaatan sumber, dan menemukan cara cerdas.

4) Pemikiran kritis (*Critical Thinking*)

Pemikiran kritis merujuk kepada kemampuan berpikir tingkat tinggi dalam menganalisa suatu kejadian secara mendalam.

c. Otonomi (*Autonomy*)

Otonomi adalah kemampuan untuk bertindak secara independen dan mampu mengendalikan lingkungannya. Otonomi diasosiasikan dengan kesehatan yang positif dan perasaan akan kesejahteraan. Otonomi terdiri dari :

1) Identitas positif (*Positive Identity*)

Identitas positif merupakan identitas diri yang bersifat positif dari seorang individu. Diasosiasikan dengan self esteem tinggi, komitmen yang tinggi di sekolah, tujuan hidup yang tinggi, dan kepercayaan diri dan prestasi akademik yang tinggi. Dan dapat diartikan sebagai fungsi optimal dalam kesejahteraan pribadi dan tidak adanya kecemasan dan depresi.

2) Locus kendali internal (*Internal Locus Of Control*)

Kemampuan individu dalam memegang kendali atas dirinya. Diartikan sebagai suatu kondisi dimana individu memiliki kekuatan untuk mengontrol keadaan dan perasaan pada dirinya.

3) Efikasi diri (*Self efficacy*)

Efikasi diri merupakan kepercayaan pada kekuatan yang ada dalam diri untuk menentukan apa yang hendak diraih dan

menemukan cara yang tepat dalam meraih tujuan tersebut. Efikasi Diri memainkan peran utama dalam hal pendidikan, terutama dalam bidang motivasi dan prestasi.

4) Adaptasi yang berjarak (*Adaptive Distancing*)

Kemampuan individu untuk teguh pada dirinya sendiri meskipun menghadapi berbagai ancaman dari luar dirinya.

5) Kesadaran diri (*Self Awareness*)

Kesadaran diri adalah perhatian yang berlangsung ketika seseorang mencoba memahami keadaan internal dirinya meliputi pemikiran, perasaan, kekuatan dan kebutuhan diri tanpa melibatkan emosi.

6) Rasa humor (*Humor*)

Humor membantu seseorang mengubah kemarahan dan kesedihan menjadi sesuatu menyenangkan sehingga dapat menjauhkan dari penderitaan.

d. Kesadaran akan Tujuan dan Masa Depan (*Sense of Purpose and Bright Future*)

Kekuatan untuk mengarahkan tujuan secara optimis dan kreatif yang berkaitan dengan kepercayaan mendalam terhadap arti hidup dan

keberadaan dirinya. (Werner & Smith, 1982, 1992, dalam Bonnie Benard 2004). Terdiri atas :

1) Arah Tujuan dan aspirasi pendidikan (*Goal direction, Achievement Motivation and Educational Aspirations*)

Berorientasi pada masa depan dan dapat dikatakan sebagai karakteristik individu yang sukses pada pendidikannya. Arah tujuan bersinonim dengan kemampuan berencana dalam meraih suatu tujuan. Motivasi berprestasi adalah salah satu faktor kunci yang berpengaruh terhadap faktor keberhasilan akademis. Peng (1994, dalam Bonnie Benard, 2004) menemukan faktor-faktor individu dalam aspirasi pendidikan dan kemampuan dalam mengontrol diri sebagai korelasi paling kuat dari keberhasilan sekolah.

2) Ketertarikan pada hal tertentu (*Special Interest*)

Seorang individu yang memiliki ketertarikan tertentu pada suatu hal akan mencurahkan perhatian mereka terhadap kegiatan tersebut. Memiliki minat khusus dan mampu menggunakan salah satu kreativitas atau imajinasi dapat menghasilkan aktualisasi diri, pengalaman-pengalaman yang optimal.

### 3) Optimisme dan harapan (*Optimism and Hope*)

Optimisme dan harapan akan memotivasi individu secara positif dan penuh pengharapan akan masa depan yang cerah. Optimisme sering terkait dengan kompetensi sosial, kemampuan memecahkan masalah, harga diri dan motivasi dalam bidang akademis.

### 4) Keyakinan (*Faith*)

Kualitas individu dalam memberi makna dari kejadian yang terjadi dalam hidupnya. Diasosiasikan dengan perkembangan yang sehat sepanjang rentang usia.

## 3. Faktor *Academic Resilience*

Jowkar, Kojuri, Kohoulat, & Hayat (2014:34) menjelaskan apabila *Academic Resilience* mempunyai beberapa faktor yang berpengaruh, antara lain:

### a. Faktor Protektif

Hartuti & Mangunsong (2009 : 110) menyebutkan Goldstein & Book, 2005 menjelaskan bahwa faktor protektif ialah “kualitas individu atau lingkungan (konteks) atau interaksi yang menjadikan prediktor untuk menghasilkan sesuatu yang lebih baik, khususnya dalam kondisi yang tertekan dan terdapat tantangan.”. Jadi Faktor protektif ini adalah faktor pelindung yang melindungi seorang individu dari

dampak negatif atas tekanan yang ditimbulkan oleh situasi dan kondisi yang kurang menyenangkan. Faktor Protektif inipun menjadi *supportng factors* dalam terbentuknya perkembangan *Academic Resilience* terhadap peserta didik. (Henderson dan Milstein, 2003 : 8).

Faktor ini terbagi memiliki dua kategori, antara lain:

1) Faktor *Internal*

Jowkar, Kojuri, Kohoulat, & Hayat (2014: 34), faktor internal ini berisi karakteristik maupun kualitas masing-masing individu seperti halnya sikap, nilai, keyakinan, dan juga kapasitas yang merupakan hasil dari perkembangan yang cukup baik. Faktor protektif internal ini menjadi pembeda atas resiliensi yang dimiliki individu satu sama lain. Faktor protektif internal ini terbagi menjadi beberapa faktor, antara lain (Bernard, 1991: 7).

a) Komunikasi & kerjasama

Komunikasi & kerjasama ialah kemampuan setiap individu yang dimiliki dan berfungsi sebagai alat bertukar ide, mengemukakan pendapat, perasaan, serta keinginan untuk menjalin hubungan atau interaksi secara efektif satu sama lain. Adanya komunikasi & kerjasama yang cukup baik pada suatu hubungan individu satu dengan yang lain dalam suatu komuni-

tas atau grup mampu memudahkan individu memperoleh dukungan yang baik dari lingkungannya.

b) Empati

Empati ialah suatu keterampilan dasar yang ada dalam diri setiap individu untuk mendahulukan orang lain dalam hal-hal tertentu, rasa tersebut muncul saat timbulnya perasaan berada di posisi orang tersebut. Perasaan empati mampu memberikan efek positif dengan membantu seseorang menjalin hubungan yang cukup baik dengan lingkungannya.

c) Kemampuan dalam menyelesaikan masalah (*problem solving skills*)

*Problem solving skills* merupakan sebuah kemampuan dalam diri individu berupa pola pikir yang mampu menganalisis, memahami serta mencari sebuah solusi atau penyelesaian dari suatu masalah yang sedang terjadi.

d) Efikasi diri (*self efficacy*)

*Self efficacy* merujuk terhadap keyakinan diri individu pada *skills* atau kemampuannya dalam mengerjakan tugasnya.

Kemampuan *self efficacy* ini mampu mempengaruhi performansi *academic resilience*.

e) Kesadaran diri

Kesadaran diri atau yang disebut juga dengan *self awareness* merujuk terhadap kompetensi individu berupa pembentukan pemahaman diri yang mencakup perasaan, sikap, serta perasaan, dan juga perilaku dengan cukup efisien dengan menggunakan pengamatan terhadap diri secara objektif.

f) Aspirasi serta tujuan

Tujuan ialah suatu gambaran awal atau ungkapan dalam diri berupa dorongan intrinsik yang mampu menunjukkan perkembangan individu. Tujuan mampu membuat seseorang termotivasi serta memiliki target yang diinginkan kedepannya.

2) Faktor *External*

Faktor *external* merupakan faktor yang merujuk pada luar diri (eksternal) berupa *supporting* atau dukungan yang berasal dari luar diri yang mencakup keluarga, teman, serta lingkungan sosialnya. Jowkar, Kojuri, Kohoulat, dan Hayat (2014 : 34) me-

nyebutkan beberapa pembagian Faktor eksternal tersebut, antara lain:

a) Hubungan Hangat

Hubungan hangat merujuk pada ikatan antar individu dengan orang lain yang mampu memunculkan rasa peduli serta pemahaman perilaku.

b) Pengharapan Tinggi

Pengharapan tinggi dijelaskan sebagai suatu keyakinan diri seseorang atas kompetensi yang ada pada dirinya pada masa depannya dengan cara memunculkan rasa percaya diri serta pikiran positif.

c) Dukungan dari Lingkungan

Dukungan dari lingkungan merujuk atas peluang yang didapat dari lingkungannya untuk melakukan suatu bentuk kegiatan yang dimampunya secara bebas serta yakin untuk dapat mempertanggung jawabkannya.

b. Faktor Resiko

Marat, Idulfilastri, Dewi, Bahiya (2019: 576) *risk factors* atau faktor resiko ialah faktor yang berbanding terbalik dengan *protective*

*factors* atau faktor pelindung dengan berupa faktor peningkatan kemungkinan timbulnya dampak negatif. Grotberg (1995) menuturkan bahwa faktor resiko dapat dipengaruhi oleh bermacam-macam sumber, baik dari luar diri maupun dalam diri.

Rojas (2015: 70) menuturkan *academic resilience* memiliki beberapa faktor yang berpengaruh terhadap kompetensi individu dalam bersikap *resilience* dari segi akademiknya, faktor-faktor tersebut, antara lain:

a. Faktor Lingkungan

Faktor risiko juga berhubungan dengan faktor lingkungan yang mencakup tingkat ekonomi yang rendah, problematika dalam keluarga, dukungan sosial, kedisiplinan, dan juga pola asuh yang kurang baik.

b. Faktor Individual

Faktor individual seseorang dapat memicunya untuk bersikap *resilience* terhadap akademiknya, yang mana mencakup tingkat optimism yang tinggi, harga diri yang tinggi, empati yang tinggi, *self awareness*, kontrol diri, kepemilikan target dalam diri, kompetensi *problem solving*, serta motivasi berprestasi yang tinggi.

#### **4. Dimensi *Academic Resilience***

Martin & Marsh (2009: 365) dalam penelitian *Academic resilience* nya dengan judul ” *Academic resilience and academic buoyancy*:

*multidimensional and hierarchical conceptual framing of causes, correlates and cognate constructs*” pada bab dimensi psikologi yang lebih luas menyatakan adanya lima faktor yang mampu memprediksi *Academic resilience* antara lain, *self efficacy*, *self control*, *low anxiety*, kegigihan, dan perencanaan.

*Academic resilience* memiliki tiga dimensi, antara lain refleksi dan pencarian bantuan adaptif, ketekunan, serta pengaruh negatif respon emosional (Cassidy, 2016: 8).

a. Ketekunan (*Perseverance*)

Ketekunan atau *Perseverance* ialah memungkinkannya perilaku keteguhan serta ketahanan saat merespon proses-proses pembelajaran. Cassidy (2016: 8) menuturkan bahwa seseorang yang memiliki ketekunan adalah seseorang yang memiliki kompetensi agar tetap berjuang untuk berhasil dalam setiap situasi dan kondisi meski dihadapkan dengan berbagai kesulitan akademis, serta penanaman jiwa disiplin, mampu *controlling* diri, tekun dalam satu orientasi tujuan untuk bangkit dan merespon masalah dengan baik.

b. Refleksi dan pencarian pertolongan adaptif

Cassidy (2016: 8) menyebutkan refleksi merupakan suatu bentuk keadaan dimana seseorang tau akan kelemahan dankelebihannya

dan mampu untuk mengetahui cara terefektif dalam memecahkan masalah yang dihadapi.

c. pengaruh negatif respon emosional

Connor & Davidson (2003: 80) menggambarkan pengaruh negatif respon emosional sebagai kompetensi pengelolaan sisi emosional negatif. Cassidy menambahkan (2016: 9) seseorang yang mampu meng-*upgrading* kompetensi dalam diri pada kondisi tertekan dengan emosi positif akan menghasilkan dampak yang baik nantinya.

## **B. *Self efficacy***

### **1. Pengertian *Self Efficacy***

Bandura (Myers, 2012 : 72), *Self efficacy* merupakan sebuah bentuk perasaan atas kompetensi individu dalam menjalankan sebuah pekerjaan atau tanggung jawab. *Self efficacy* juga dituturkan sebagai bentuk kepercayaan dalam diri atas kompetensi diri serta secara efektif merupakan hasil atas gratifikasi, dan dari sini dapat dikatakan bahwa *Self efficacy* merupakan bentuk keyakinan individu atas kompetensi yang dimiliki dalam menjalankan sebuah pekerjaan atau tanggung jawab.

Byrne and Baron (Ghufron, 2011 : 73) menuturkan perihal *Self efficacy* yang merupakan wujud evaluasi diri atas kompetensi diri dalam menjalankan sebuah kewajiban atau tanggung jawabnya untuk mencapai

target yang ditentukan dan mencari jalan keluar atas setiap *problem* yang ada.

Bandura *and* Woods (Ghufron, 2011 : 74) menuturkan *Self efficacy* beracuan terhadap kepercayaan dan keyakinan atas kompetensi yang dimiliki sebagai bentuk kompetensi kognitif, penggerak motivasi, dan memberikan tindakan yang paling efektif dalam tuntutan situasi serta kondisi.

Judge dkk (Ghufron, 2011 : 76). menjelaskan *Self efficacy* sebagai wujud indikator positif dalam pengevaluasian pemahaman diri. *Self efficacy* masuk dalam aspek *self-knowledge* yang cukup berpengaruh atas *daily activity* manusia, karena *Self efficacy* tersebut menentukan tindakan seperti apa yang harus dimunculkan dalam mencapai sebuah tujuan, dan prakiraan atas kemungkinan-kemungkinan yang akan terjadi.

Bandura (Ghufron, 2011 : 75), generalisasi *Self efficacy* merupakan hasil dari proses-proses kognitif dalam pengambilan keputusan, harapan, serta keyakinan sejauh mana seorang individu dapat mengetahui kompetensi dalam diri dalam menjalankan tugas dan kewajiban atau pengambilan keputusan secara efisien dalam mnggapai hasil, *Self efficacy* memiliki keterkaitan terhadap rasa percaya dan keyakinan seseorang atas kokemampuan yang ia miliki seberapa pun besarnya. Efikasi diri lebih

menekankan pada komponen keyakinan diri yang dimiliki seseorang dalam menghadapi situasi yang akan datang yang mengandung keaburan, tidak dapat diramalkan, dan sering penuh dengan tekanan.

Gist (Ghufron, 2011 : 75), individu dengan tingkat *Self efficacy* tinggi akan memiliki tingkat kepercayaan mampu dalam menyelesaikan suatu pekerjaan, namun berbeda dengan individu dengan tingkat *Self efficacy* yang rendah akan beranggapan bahwa ia tidak akan dapat mengerjakan bahkan menyelesaikan segala tugas yang dibebankan kepadanya. Pada kondisi tertentu orang yang memiliki *Self efficacy* rendah akan cenderung lebih mudah untuk menyerah. Namun berbeda lagi pada individu dengan *Self efficacy* tinggi yang akan berjuang semaksimal mungkin untuk mewujudkan hasil yang diinginkan.

Bandura (Alwisol 2009 : 344) menuturkan *efficacy* sebagai anggapan terhadap diri atas seberapa besar kompetensi dalam diri hingga dapat berguna dalam situasi dan kondisi tertentu. *Self efficacy* berkaitan dengan keyakinan dalam diri bahwa ia memiliki serta mampu mewujudkan respon yang diinginkan. *Self efficacy* pada dasarnya merupakan penilaian terhadap diri, apakah diri ini mampu melakukan dan mengerjakan tugasnya sesuai yang disyaratkan.

Dari banyaknya teori yang dikemukakan oleh banyak tokoh di atas, maka peneliti mencoba menyimpulkan pengertian *Self efficacy*. *Self efficacy* merupakan bentuk keyakinan atas kompetensi dalam menghadapi banyak permasalahan pada berbagai situasi yang bermunculan secara maksimal. Keyakinan mempunyai keterkaitan dengan *Self efficacy* dalam hal kompetensi yang dimiliki dalam mewujudkan tindakan yang diperlukan, dan sedikit banyaknya keyakinan yang dimiliki akan menjadi salah satu komponen penting yang akan memotivasi pekerja agar dapat menuntaskan tugasnya dan mewujudkan pencapaian atas tujuan yang diinginkan yang nantinya akan menjadi bahan evaluasi diri untuk mengembangkan pemahaman dalam diri.

## **2. Indikator *Self Efficacy***

Seseorang dengan tingkat *Self efficacy* yang tinggi akan memandang sebuah kegagalan sebagai bentuk kurang maksimalnya sebuah usaha, keterampilan, dan juga wawasan. Seorang Individu yang kurang memiliki rasa percaya atas kompetensi yang dimiliki akan mengakibatkan *Self efficacy* menjadi rendah yang lalu akan menghindari pekerjaan-pekerjaan dengan tingkat kesulitan yang tinggi, karena ia akan menganggap pekerjaan tersebut sebagai dinding besar yang tidak bisa ditaklukkan. Seseorang dengan kriteria seperti yang disebutkan ini memiliki komitmen serta spirasi yang rendah dalam menggapai cita-cita dan juga tujuannya.

Saat bertemu rintangan dengan tingkat yang tinggi ia akan berfokus dengan kekurangan yang dimiliki, kemungkinan-kemungkinan yang akan dihadapi, serta hasil yang akan merugikannya. Dan orang-orang ini akan lamban dalam mengevaluasi diri dan juga membenahi *Self efficacy* nya (Bandura, 1997).

Penjelasan-penjelasan di atas dapat ditarik kesimpulan tentang ciri-ciri atau indikasi individu yang memiliki *Self efficacy* yang tinggi dan individu yang memiliki *Self efficacy* yang rendah, antara lain:

<b>Efikasi Diri tinggi</b>	<b>Efikasi Diri rendah</b>
a. Dapat menangani situasi yang mereka hadapi secara efektif	a. Lamban dalam menumbuhkan kembali efikasi diri ketika gagal
b. Yakin akan sukses dalam mengatasi hambatan/ rintangan	b. Tidak yakin dalam menghadapi rintangan/ hambatan
c. Ancaman dijadikan sebagai tantangan yang tidak perlu dihindari	c. Ancaman dipandang sebagai hal yang harus dihindari
d. Gigih dalam berusaha	d. Mengurani usaha dan cepat Menyerah
e. Percaya akan kemampuan yang Dimiliki	e. Ragu pada kemampuan diri yang Dimiliki
f. Hanya sedikit/ jarang menampakkan keragu-raguan	f. Aspirasi dan komitmen pada tugas lemah
g. Suka mencari situasi baru	g. Tidak suka mencari situasi baru

### 3. Aspek-aspek *Self efficacy*

Bandura (Ghufron, 2011 : 80), *Self efficacy* memiliki beberapa aspek di dalamnya, antara lain:

#### a. *Level*

Tingkatan atau *level* sebagai aspek dari *Self efficacy* berkaitan pada macam-macam kesulitan serta tantangan pada tugas yang dibebankan, dan aspek ini terlihat saat individu mempunyai keyakinan untuk mampu menyelesaikan tugasnya. Individu yang dihadapkan dengan berbagai macam tugas yang tertata rapi sesuai tingkatannya, maka yang akan terjadi adalah *Self efficacy* hanya akan berfokus pada tingkat kesulitan yang paling bawah, menengah, atau mungkin berfokus pada tingkat kesulitan yang paling sulit, dan hal ini dikarenakan adanya penyesuaian diri atas *limit* kompetensi yang dirasa sebagai pemenuhan perilaku yang dimunculkan terhadap masing-masing tingkatan. *Level* sebagai aspek dari *Self efficacy* ini mempunyai penerapan pada tingkah laku yang dipilih serta berusaha menghindari pola tingkah laku yang dirasa ada di luar batas kompetensi yang dimiliki.

#### b. *Strength*

Kekuatan atau *strength* berkaitan pada pengharapan serta keyakinan individu atas kompetensi yang dimiliki. Tingkat penghar-

pan yang cenderung lemah akan mudah tergoyahkan oleh pengalaman-pengalaman buruk yang kurang mendukung. Namun dengan tingkat pengharapan yang tinggi akan memberikan dorongan untuk tetap bertahan dan berjuang. Aspek *strength* pada umumnya mempunyai hubungan yang sangat signifikan terhadap Aspek *level*, yakni tingginya tingkatan atau *level* pada kategori kesusahan suatu pekerjaan, maka akan berakibat lemahnya rasa kepercayaan atau keyakinan dalam menyelesaikan pekerjaan tersebut.

c. *Generality*

Generalisasi, Aspek tersebut mempunyai keterkaitan dengan luasnya bidang dalam pola tingkah laku atas keyakinan pada kompetensi yang dimiliki.

Kesimpulannya adalah bahwa aspek-aspek dalam *Self efficacy* terbagai menjadi tiga golongan, antara lain, tingkat atau *level* (tingkatan kesulitan dari tugas yang dikerjakan), dimensi kekuatan atau *strenght* (kuatnya keyakinan individu untuk dapat menyelesaikan tugas), serta dimensi generalisasi atau *generality* (luasnya bidang pola tingkah laku dari individu yang di dapatkan dari hasil keyakinan untuk bisa digunakan pada aktivitas atau situasi yang lain.).

#### 4. Faktor-faktor dalam *Self efficacy*

Bandura (Alwisol 2009 : 288), *Self efficacy* memiliki beberapa faktor yang mempengaruhi *Self efficacy* itu sendiri, antara lain:

a. Pengalaman dalam menguasai sesuatu

Masa lalu dapat berpengaruh dengan sangat, khususnya pengalaman dalam penguasaan kinerja diri yang akan meningkatkan *Self efficacy* itu sendiri dengan sangat ideal merujuk pada tingkat kesulitan tugas. Kinerja yang dapat dikuasai di masa lalu sangat bagus dalam peningkatan peluang atau harapan yang akan berdampak positif pada peningkatan *Self efficacy*, kendati demikian akan berdampak negatif pada *Self efficacy* jika pada masa lalu terdapat kegagalan kinerja. Keberhasilan atau kegagalan pada masa lalu akan memberikan dampak yang berbeda-beda baik positif atau negatif. Bandura (Feist & Feist, 2011 : 214), suatu tugas yang jika itu dikerjakan dengan usaha sendiri dengan baik maka akan berdampak baik berupa peningkatan *Self efficacy*. Namun sebuah kegagalan dalam suatu kinerja diri pada kondisi seseorang yang stress atau emosional maka tidak akan terlalu berdampak negatif pada diri, jika dibandingkan dengan sebuah kegagalan pada saat kondisi emosional diri yang optimal.

b. Pengalaman Vikarius

Pengamatan atau *observ* yang dilakukan pada apa yang orang lain berhasil capai dengan kepemilikan kompetensi yang dianggap setara dengan kompetensi diri sendiri akan dapat meningkatkan *Self efficacy* itu sendiri, begitupun sebaliknya ketika orang dengan kompetensi yang dianggap setara mengalami kegagalan dalam pengerjaan tugasnya maka akan terjadi penurunan tingkat *Self efficacy* pada diri.

Biasanya efek *social modelling* ini tidak akan terlalu berdampak jika dibandingkan dengan efek yang dihasilkan oleh kinerja pribadi atau usaha diri dalam meningkatkan *Self efficacy*. (Feist & Feist, 2011:215).

c. Persuasi Sosial

Persuasi didefinisikan sebagai suatu bentuk usaha verbal yang dilakukan bertujuan untuk membuat seseorang yakin dalam melakukan pekerjaannya serta mencapai suatu kesepakatan dan kesesuaian antara kedua belah pihak, persuasi dapat terwujud dengan alasan-alasan yang logis serta rasional dengan informasi yang valid (Rahayu, 2007 : 171). Persuasi sosial dapat mempengaruhi *Self efficacy* dilihat pada tingkat kepercayaan terhadap si pemberi persuasi serta realistis melihat kenyataan di lapangan dari apa yang dipersuasikan.

d. Kondisi fisik dan keadaan emosi

Bandura (Feist & Feist, 2011 : 215), pada umumnya kinerja seseorang dapat berkurang jika terdapat emosi-emosi negatif seperti rasa takut, cemas, stress, serta harapan yang rendah. Namun akan berbeda jika peningkatan emosi-emosi positif yang muncul. Karena jika tingkat rangsangan yang datang itu tinggi maka hal yang terjadi adalah akan semakin rendahnya *Self efficacy* pada individu.

### **C. Pengaruh *Self Efficacy* terhadap *Academic Resilience***

Werner dalam Acreman (2001) menyatakan bahwa pentingnya keberhasilan dalam menghadapi situasi sulit karena keberhasilan akademik terbukti berkorelasi dengan keberhasilan adaptasi di masa depan. Kemampuan untuk beradaptasi dalam menghadapi situasi sulit pada setting pendidikan disebut dengan *Academic Resilience*. Martin dan Marsh (2006) mendefinisikan *Academic Resilience* dimiliki oleh peserta didik yang dapat mengatasi tantangan, kesulitan, kejatuhan serta tekanan. ” Masten & Coatsworth (dalam Samuels, 2004) menyatakan *Academic Resilience* merupakan usaha untuk tetap berkompeten dalam kondisi yang menyulitkan. Keberhasilan akademik menurut peneliti diindikasikan dengan kehadiran di sekolah, kegembiraan, *self esteem*, dan tidak putus sekolah. (Borman & Overman, 2004; Cappella & Weinstein; Catteral, 1998; Samuels, 2004; Arnold, 2003).

*Academic Resilience* dipengaruhi oleh tujuh faktor, antara lain : kerjasama & komunikasi, empati (kategori kompetensi sosial), kemampuan memecahkan masalah, efikasi diri, kesadaran diri (kategori otonomi), tujuan & aspirasi, religiusitas (Goldstein & Brooks, 2005). Berdasarkan penelitian Hartuti Mangunsong (2009 : 116) yang meneliti tentang ketujuh faktor tersebut dihasilkan bahwa *self efficacy* adalah faktor yang paling berpengaruh terhadap *Academic Resilience*. Boarman dan Rachuba (2001) serta Martin dan Marsh (2008) dalam penelitiannya juga memberikan hasil yang serupa bahwa *Self Efficacy* memiliki pengaruh terhadap *Academic Resilience*.

*Self Efficacy* merupakan keyakinan seseorang pada kompetensi yang dimilikinya secara detail. Byrne and Baron (Ghufron, 2011 : 73) menuturkan perihal *Self efficacy* yang merupakan wujud evaluasi diri atas kompetensi diri dalam menjalankan sebuah kewajiban atau tanggung jawabnya untuk mencapai target yang ditentukan dan mencari jalan keluar atas setiap problem yang ada. Bandura and Woods (Ghufron, 2011 : 74) menuturkan *Self efficacy* beracuan terhadap kepercayaan dan keyakinan atas kompetensi yang dimiliki sebagai bentuk kompetensi kognitif, penggerak motivasi, dan memberikan tindakan yang paling efektif dalam tuntutan situasi serta kondisi. Pintrich dan Scunk (1996) menyatakan keyakinan pada kemampuan akan memperkuat dan meningkatkan motivasi serta keinginan dalam mengembangkan diri dan mempelajari sesuatu. Motivasi merupakan indikator siswa yang memiliki resilien menurut Alva (Martin & Marsh, 2006).

Utami dan Helmi dalam penelitiannya yang berjudul "Self Efficacy dan Resiliensi: sebuah tinjauan meta analisis" menyatakan bahwa keyakinan atau kepercayaan pada diri sendiri dapat mengatur diri sendiri dan mensejahterakan emosi melalui proses afektif, kognitif, proses-proses selektif dan motivasional. Seseorang yang yakin pada diri sendiri dalam mengatasi kesulitan dan mempertahankannya sehingga dapat mengontrol pikiran untuk berupaya serta bertahan pada kerja keras mereka. Mereka memungkinkan melakukan penolakan pikiran negatif pada diri sendiri (Ozer & Bandura, dalam Hammil, 2003). Berdasarkan penjelasan di atas dapat diketahui bahwa *self efficacy* memberikan pengaruh terhadap *academic ressilience* seseorang dalam proses pembelajaran seperti lingkungan perguruan tinggi.

Gunarsa (2008:70) menyatakan seseorang yang memasuki perguruan tinggi adalah seseorang yang nantinya akan menghadapi berbagai macam hal baru, seperti menghadapi ketidak samaan dalam hubungan sosial, ketidak samaan dalam aturan jenjang pendidikan, dan juga konsentrasi pembelajaran atau penjurusan yang akan dipilih nantinya. mahasiswa juga akan menemui dan menghadap berbagai macam tekanan yang bersumber dari proses-proses akulturasi budaya, gaya hidup, lingkungan. Mahasiswa juga dituntut selalu dapat mengatasi semua tekanan dengan baik untuk pendidikan yang dapat berjalan dengan lancar nantinya. Hal ini menjadikan tantangan bagi mahasiswa dalam proses pembelajaran. Fenomena serupa

juga dapat ditemui pada mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang mengalami perubahan sistem dalam proses peralihan jenjang pendidikan. Tantangan lain bagi mahasiswa baru yang dialami pada saat ini adalah ditetapkannya metode pembelajaran daring dengan tujuan memutus penyebaran virus *covid 19*. Metode pembelajaran daring menuntut mahasiswa baru untuk lebih bisa dalam beradaptasi dengan lingkungannya, ditambah lagi mahasiswa baru belum mengenal lebih dalam tentang kampusnya. Terbatasnya pertemuan tatap muka membuat mahasiswa baru kesulitan dalam mengetahui situasi perguruan tinggi secara detail. Oleh karena itu dibutuhkan *academic resiliency* untuk bertahan dan tetap termotivasi dalam kesulitan ini agar terhindar dari kegagalan.

Hasil survei kepada mahasiswa baru menunjukkan beragam hasil yaitu merasa tidak kuat dengan tugas dan kesulitan dalam memahami materi, berputus asa, jenuh, lelah dan khawatir tidak dapat menguasai ilmu yang disampaikan oleh para dosen, namun juga ada yang tetap bersemangat. Dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa mahasiswa baru juga membutuhkan *self efficacy* untuk dapat bersikap resilien terhadap pembelajaran saat ini.

## D. Perspektif Islam

### 1. *Academic Resilience* dalam Perspektif Islam

#### a. Telaah Teks Psikologi tentang *Academic Resilience*

##### 1) Sampel Teks Psikologi

Martin & Marsh (2006 : 269) mencontohkan *Academic Resilience* tersebut seperti “*I think I’m good at dealing with schoolwork pressures* (“Saya rasa saya pandai menangani tekanan tugas sekolah”).” Yang mana hal ini melihat terhadap kemampuan peserta didik secara efektif dalam menghadapi kesulitan, serta tantangan, kemunduran, dan juga tekanan lingkungan akademik. Ia juga menambahkan pada penelitiannya (2009 : 353) bahwa *Academic Resilience* merupakan salah satu prediktor yang cukup berpengaruh untuk peserta didik mampu meraskan masa-masa sekolah seperti halnya ikut berpartisipasi di dalam kelas, menjaga harga diri secara umum. Dalam penelitian lain ia juga menyatakan bahwa *Academic Resilience* tersebut mengacu pada keahlian siswa dalam mengatasi tekanan dan kesulitan yang amat sangat dalam proses pendidikan.

Rouse, 2001 (dalam Wibowo, 2018 : 2-3) mengartikan *Academic Resilience* sebagai sebuah keahlian dalam perkembangan, kematangan, serta peningkatan kompetensi untuk menghadapi rentetan kesulitan dalam suatu situasi serta kondisi.

Masten & Coatsworth (Boatman, 2014 : 19-20) menyebutkan *Academic Resilience* dilihat sebagai patokan dalam menentukan sebuah kesuksesan, *Academic Resilience* dianggap telah terjadi disaat peserta didik mampu menggunakan kemampuan internal maupun eksternal mereka dalam mengatasi segala apa yang terjadi pada pra perguruan tinggi serta mampu melakukan penyesuaian diri dalam keadaan sosial akademik perguruan tinggi. *Morales* juga menambahkan bahwa peng-eksplorasian perkembangan dalam *Academic Resilience* dapat berdampak positif dalam meminimalisir resiko yang ada.

*Academic Resilience* diibaratkan sebagai proses pemaksimalan *protect factor* serta penurunan dampak negatif dalam mencapai kesuksesan akademis (Boatman, 2014 : 35).

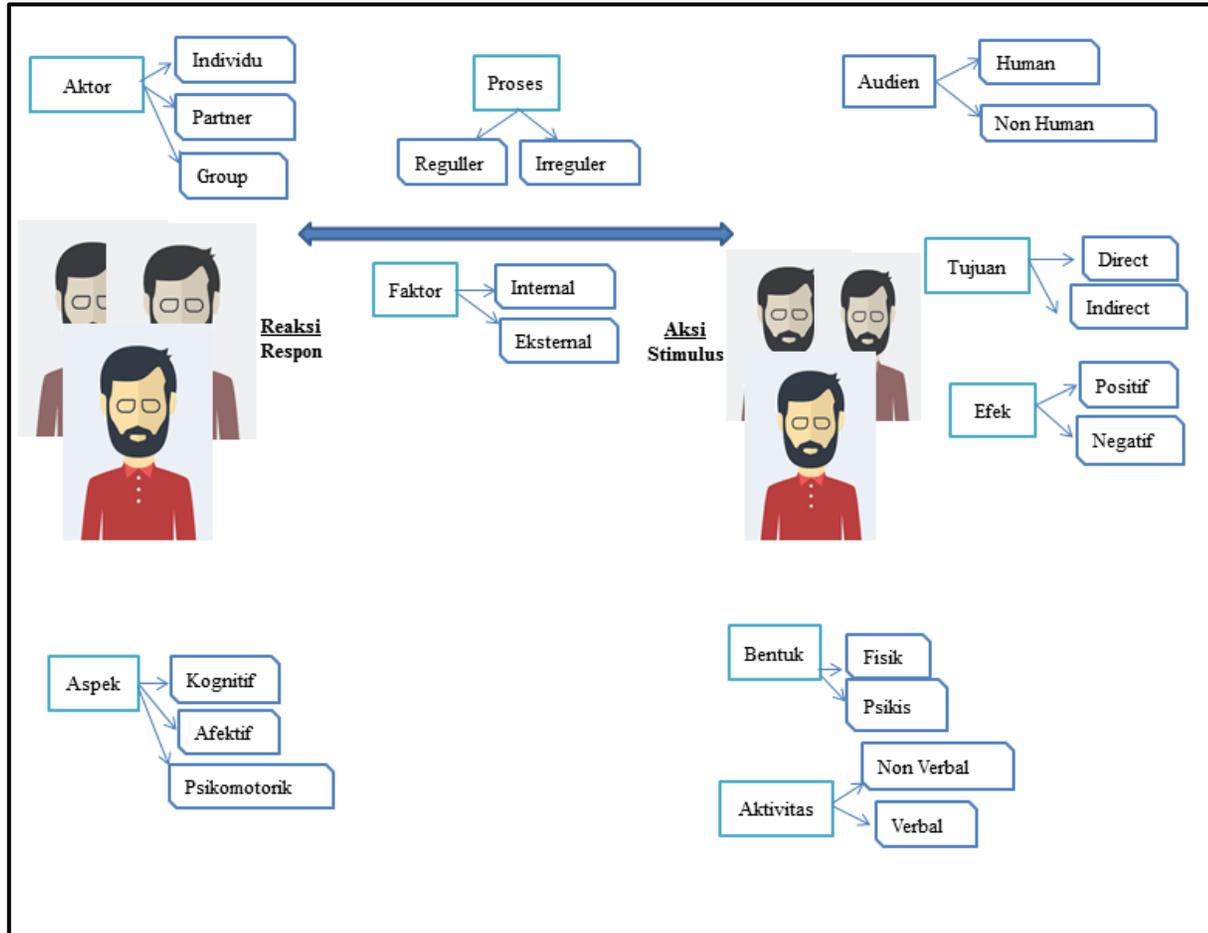
Bernard (Cassidy, 2015 : 2-3) menyebutkan *Academic Resilience* mempunyai peran yang cukup penting dalam peningkatan pencapaian kesuksesan dalam banyak sisi termasuk akademik dan bahkan lingkungan, dan hal ini dapat dicapai dengan pemfokusan terhadap segala faktor-faktor yang mampu untuk diubah tanpa terkecuali seperti keterampilan *problem solving*, *Social Competence*, Otonomi. Cassidy (2015 : 2-3) turut mendefinisikan bahwa *Academic Resilience* merupakan sebuah respon kognitif serta sikap yang diambil oleh peserta didik dalam menghadapi kesulitan akademik.

Garcia (Oyooo, 2018 : 189) *Academic Resilience* adalah suatu konsep yang mana berfokus terhadap fungsi serta kekuatan peserta didik secara maksimal. *Academic Resilience* memainkan peran moderasi dalam kelelahan akademik, dan Abolmaali & Mahmudi ikut menambahkan bahwa secara signifikan *Academic Resilience* dapat memprediksi prestasi akademik peserta didik.

Yaghoobi (Oyooo, 2018 : 191) berpendapat bahwa *Academic Resilience* dapat dilihat dari berbagai segi termasuk segi efisiensi diri yang peserta didik gunakan dalam meminimalisir banyaknya *problem* dalam diri dan juga lingkungan belajar termasuk kelelahan akademik.

*Academic Resilience* yang baik mampu membuat siswa menghadapi kesulitan serta tekanan akademis. *Academic Resilience* juga merupakan salah satu alasan kuat atas setiap kegiatan-kegiatan akademik peserta didik yang dilakukan dalam melindungi peserta didik terhadap kelelahan akademik (Oyooo, 2018 : 197).

2) Pola Teks Psikologi Tentang *Academic Resilience*

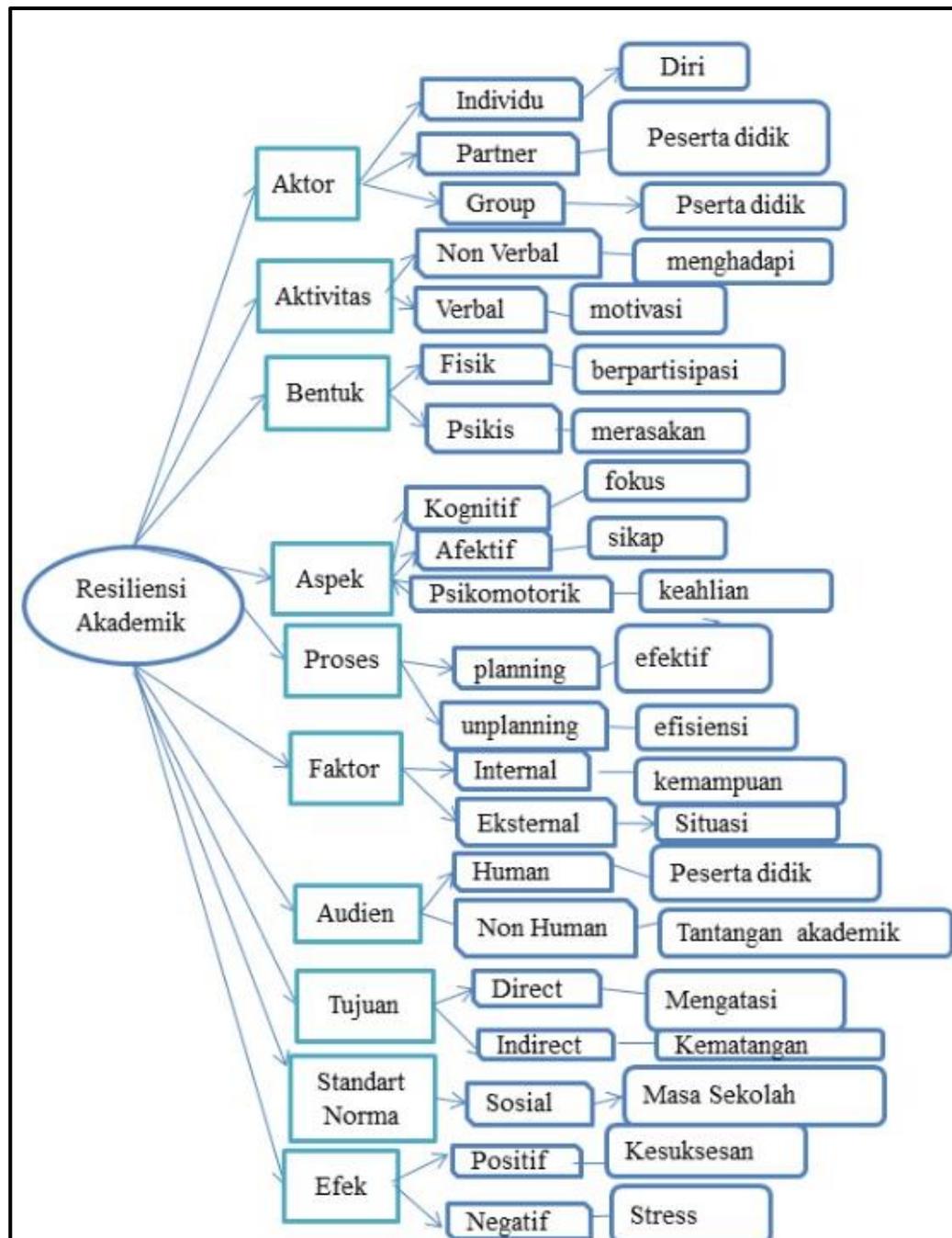


### 3) Analisis Komponen Teks Psikologi Tentang *Academic Resilience*

**Tabel 2.1 Tabel Analisis Komponen Resiliensi**

No.	Komponen	Kategori	Deskripsi
1.	Aktor	Individu Partner Community	Diri sendiri Peserta didik Peserta didik
2.	Aktivitas	Verbal Non Verbal	Kekuatan Menghadapi
3.	Bentuk	Fisik	Berpartisipasi, menjaga harga diri, menentukan, meminimalisir
4.	Aspek	Psikis Kognitif Affektif Psikomotorik	Merasakan, respon kognitif Pemfokusan, <i>problem solving</i> , otonomi Merasakan, <i>social competence</i> , Sikap Kemampuan, keahlian
5.	Proses	Planning Unplanning	Proses efektif, proses pendidikan, perkembangan, proses pemaksimalan Mengatasi, efisiensi
6.	Faktor	Internal Eksternal	Keahlian, Kemampuan Situasi dan kondisi, Kemampuan, kegiatan akademik
7.	Audien	1) Human 2) Non Human	Peserta didik Kesulitan, tantangan, tekanan lingkungan akademik
8.	Tujuan	Direct Indirect	Mengatasi, peningkatan kompetensi Kematangan, penurunan dampak negatif, mencapai
9.	Standart Norma	Sosial	Masa sekolah, pra perguruan tinggi
10.	Efek	Positif (+) Negatif (-)	Kesuksesan, meminimalisir resiko, Kemunduran, kelelahan akademik, stress

#### 4) Peta Konsep Psikologi Tentang *Academic Resilience*



## 5) Rumusan Konsep Teks Psikologi sebagai Simpulan

### a) General

Secara general *Academic Resilience* dapat diartikan sebagai pemanfaatan kompetensi yang dimiliki oleh peserta didik dalam menghadapi (proses) sebuah tantangan akademik dengan menyesuaikan diri atau beradaptasi dan tetap melakukan yang terbaik serta berprestasi, berpartisipasi dalam segala bentuk kegiatan akademik yang bertujuan untuk mencapai keberhasilan dibidang akademik dan meminimalisir terjadinya stress

### b) Particular

*Academic Resilience* dengan penjabaran yang lebih luas adalah segala bentuk usaha yang dilakukan peserta didik baik secara verbal ataupun non verbal, fisik maupun non fisik (psikis) dengan melibatkan segala kompetensi yang dimiliki seperti *problem solving* (kognitif), *social competence* (afektif) serta kompetensi psikomotorik peserta didik dalam menghadapi tantangan akademik baik internal maupun eksternal, lingkungan maupun dalam berinteraksi dengan orang lain. Segala bentuk usaha yang dilakukan tersebut tidak lain bertujuan untuk mengatasi segala masalah yang terjadi dan yang akan terjadi, dan di sisi lain juga dapat meningkatkan kemampuan dalam *problem solving*,

meningkatkan kematangan dan kedewasaan sikap, dan juga meminimalisir dampak negatif yang diterima.

## b) Telaah Teks Alqur'an

### 1) Sampel Teks Al-Qur'an

*Academic Resilience* dapat diartikan sebagai pemanfaatan kompetensi yang dimiliki oleh peserta didik dalam menghadapi (proses) sebuah tantangan akademik dengan menyesuaikan diri atau beradaptasi dan tetap melakukan yang terbaik serta berprestasi, dan berpartisipasi dalam segala bentuk kegiatan akademik yang bertujuan untuk mencapai keberhasilan dibidang akademik dengan meminimalisir terjadinya stress. Ketanggungan serta pemaksimalan kompetensi yang dimiliki dalam menghadapi tantangan akademik yang disebut dengan *Academic Resilience* juga dijelaskan dalam beberapa surat dalam Alquran berikut ini, antara lain: surah Al-Mujadalah (58:11), surah Al-Insyiroh (94:1-8), dan juga surat Ar-Ra'd (13:11)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ

أَنْشُرُوا فَأَنْشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ ۗ وَاللَّهُ بِمَا

تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ

“Hai orang-orang beriman apabila dikatakan kepadamu: "Berlapang-lapanglah dalam majlis", maka lapangkanlah niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. Dan apabila dikatakan: "Berdirilah kamu", maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. Dan Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan”  
*Q.S Al Mujadilah (58:11)*

لَمْ تَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ ﴿٥﴾ وَوَضَعْنَا عَنكَ وِزْرَكَ ﴿٦﴾ الَّذِي أَنْقَضَ ظَهْرَكَ ﴿٣﴾ وَرَفَعْنَا لَكَ

ذِكْرَكَ ﴿٤﴾ فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿١﴾ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿١﴾ فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ ﴿٧﴾

وَالِى رَبِّكَ فَارْعَبْ ﴿٨﴾

“Bukankah kami telah melapangkan dadamu (muhammad)? Dan kami telah menurunkan bebanmu darimu. Yang memberatkan punggungmu. Dan kami tinggikan sebutan (nama)mu bagimu. Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari sesuatu urusan) tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain). Dan hanya kepada tuhanmulah engkau berharap.” *QS 94 : 1 – 8*

لَهُ مُعَقِّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُعَيِّرُوهُ مَا

بِأَنفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَ لَهُ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ

“Baginya (manusia) ada malaikat-malaikat yang selalu menjaganya bergiliran, dari depan dan belakangnya. Mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya dan tidak ada pelindung bagi mereka selain Dia.” QS 13 : 11

## 2) Analisis makna mu’frodad surah Al Mujadilah ayat 11

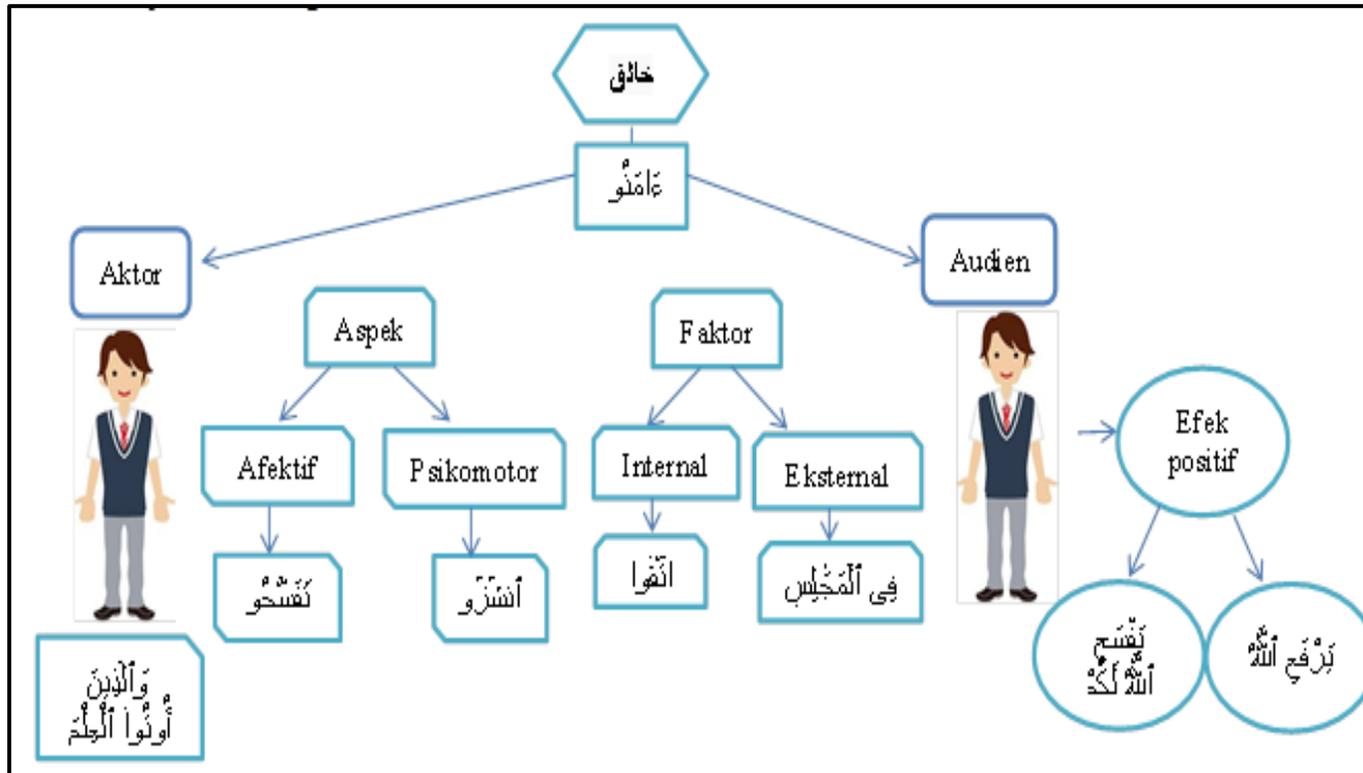
**Tabel 2.2 Analisis makna**

No	Teks	Terjemahan	Sinonim	Antonim	Makna Psikologi
1.	يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا	Wahai Orang orang yang beriman	مؤمنون	مشركون	Aktor, Subjek.
2.	إِذَا قِيلَ لَكُمْ	Apabila dikatakan kepadamu	أمركم	نهيتكم	Anjuran, <i>notice</i> , in- struksi.
3.	تَفَسَّخُوا	Berlapang lapanglah	توسعوا	تضيّقوا	Tangguh (re- silien), Qonaah, <i>strongness</i> ,
4.	فِي الْمَجْلِسِ	dalam majlis	مدرسة	ملعب	Tem- pat, fasilitas, sarana dan prasarana.
5.	فَأَفْسَخُوا	maka lapangkan- lah	توسعوا	تضيّقوا	Tangguh (re- silien), <i>strongness</i>

6.	يُفْسِحَ اللَّهُ لَكُمْ	niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu	هداية	ذنب	Reward
7.	وَإِذَا قِيلَ	. Dan apabila dikatakan:	أمركم	نهيتكم	Anjuran, instruksi.
8.	أَنْشُرُوا	Berdirilah kamu	اجتهدوا	استنيسوا	Support, motivasi, reinforcement positif.
9.	فَأَنْشُرُوا	maka berdirilah	اجتهدوا	ستنيسوا	Respon, hasil, perilaku.
10.	يَرْفَعِ اللَّهُ	niscaya Allah akan meninggikan	يكرم	مهين	Reward, ganjaran.
11.	الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ	orang-orang yang beriman di antaramu	مؤمنون	مشركون	,Audiens, Objek.
12.	وَالَّذِينَ أُوتُوا	dan orang-orang yang diberi	مؤمنون	سائل	Audiens, Objek.
13.	الْعِلْمِ دَرَجَاتٍ	ilmu pengetahuan beberapa derajat	هداية	عذاب	Reward, ganjaran
14.	وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ	. Dan Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan	خالق	مخلوق	Norma

---

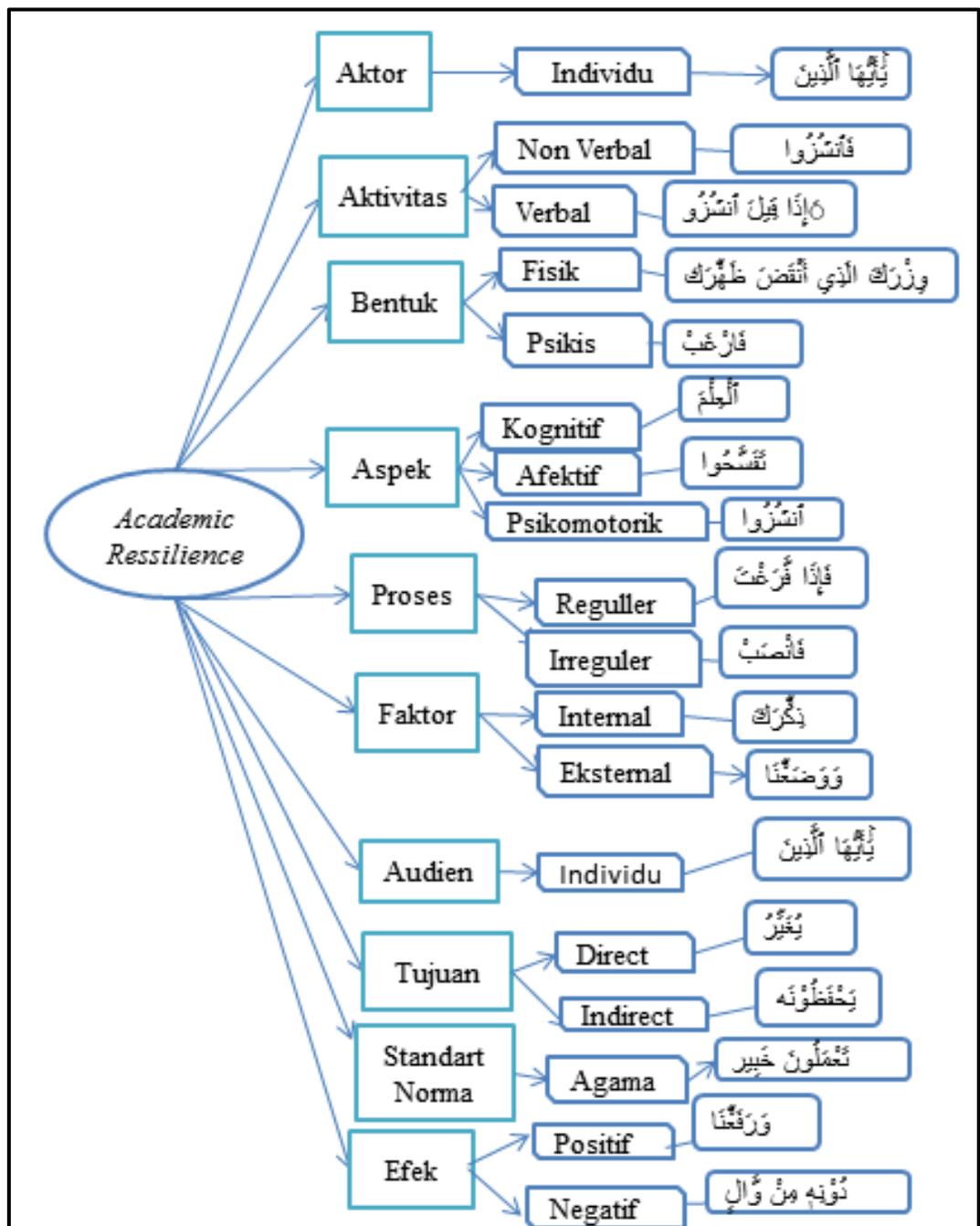
### 3) Pola Teks *Academic Resilience*



#### 4) Analisis Komponen Teks Al quran tentang *Academic Resilience*

Tabel 2.3 Analisis Komponen Alquran

No.	Komponen	Kategori	Deskripsi
1.	Aktor	Individu, personal	يَا أَيُّهَا الَّذِينَ لَكُمْ
2.	Aktivitas	Verbal Non Verbal	وَإِذَا قِيلَ اأَنْشُرُوا فَأَنْشُرُوا
3.	Bentuk	Fisik Psikis Kognitif	وَزُرَكَ الَّذِي أَنْقَضَ ظَهْرَكَ فَارْغَبْ الْعِلْمَ
4.	Aspek	Affektif Psikomotorik	ءَامِنُوا . فَأَفْسَحُوا . تَفَسَّحُوا . أَنْشُرُوا فَأَنْشُرُوا
5.	Proses	Planning, reguler Unplanning Internal	فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ ذِكْرَكَ
6.	Faktor	Eksternal	فِي الْمَجْلِسِ وَوَضَعْنَا
7.	Audien	Individu, personal	يَا أَيُّهَا الَّذِينَ لَكُمْ
8.	Tujuan	Direct Indirect	يُغَيِّرُ يَحْفَظُونَهُ
9.	Standart Norma	Agama	اللَّهُ تَعْمَلُونَ خَيْرًا
10.	Efek	Positif (+)  Negatif (-)	يَرْفَعِ أَوْثُونَ الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَرَفَعْنَا  دُونَهُ مِنْ وَآلٍ سُوءٍ

5) Peta Konsep Teks Alquran *Academic Resilience*

## 6) Rumusan Konseptual

### a) Secara Global

Kompetensi *Academic Resilience* adalah kemampuan untuk berlapang dada (تَفَسَّحُوا) dan bangkit (فَأَنْشُرُوا) dalam menghadapi tantangan mencari ilmu (أَوْثُوا الْعِلْمَ) yang dimiliki oleh orang beriman (ءَامِنُوا).

### b) Secara Partikular

Komponen Al-Quran itu sendiri memiliki 10 komponen di dalamnya, antara lain : Aktor, Aktivitas, Bentuk, Aspek, Proses, Faktor, Audien, Tujuan, Standar Norma, serta Efek. Setiap komponen memiliki pembagian kategorinya masing-masing dan dari setiap kategori yang ada akan lebih dikrucutkan kembali penjelasannya dalam bentuk deskripsi singkat sesuai dengan ayat Al-Quran..

Kompetensi *Academic Resilience* adalah Kemampuan orang yang beriman (ءَامِنُوا) dalam menghadapi tantangan yang menekan (وَزْرَكَ الَّذِي أَنْقَضَ ظَهْرَكَ) mencari ilmu (أَوْثُوا الْعِلْمَ) dalam sebuah majelis (فِي الْمَجْلِسِ) dengan berusaha atau bangkit (فَأَنْشُرُوا) serta berusaha keras (فَأَنْصَبْ) yang bertujuan untuk beradaptasi (يُعَيِّرْ) dalam mengatasi

(يَحْفَظُونَهُ) sebuah masalah yang dihadapi (سُوء) sehingga memperoleh derajat (دَرَجَات) yang lebih tinggi (يَرْفَع) dari Allah SWT (اللَّهُ).

## 2. *Self Efficacy* dalam Perspektif Islam

### a. Telaah Teks Psikologi tentang *Self Efficacy*

#### 1) Sampel Teks Psikologi

Bandura (dalam Myers, 2012 : 72), *Self efficacy* merupakan sebuah bentuk perasaan atas kompetensi individu dalam menjalankan sebuah pekerjaan atau tanggung jawab. *Self efficacy* juga dituturkan sebagai bentuk kepercayaan dalam diri atas kompetensi diri serta secara efektif merupakan hasil atas gratifikasi, dan dari sini dapat dikatakan bahwa *Self efficacy* merupakan bentuk keyakinan individu atas kompetensi yang dimiliki dalam menjalankan sebuah pekerjaan atau tanggung jawab.

Byrne and Baron (dalam Ghufron, 2011 : 73) menuturkan perihal *Self efficacy* yang merupakan wujud evaluasi diri atas kompetensi diri dalam menjalankan sebuah kewajiban atau tanggung jawabnya untuk mencapai target yang ditentukan dan mencari jalan keluar atas setiap *problem* yang ada.

Bandura and Woods (dalam Ghufron, 2011 : 74) menuturkan *Self efficacy* beracuan terhadap kepercayaan dan keyakinan atas kompetensi

yang dimiliki sebagai bentuk kompetensi kognitif, penggerak motivasi, dan memberikan tindakan yang paling efektif dalam tuntutan situasi serta kondisi.

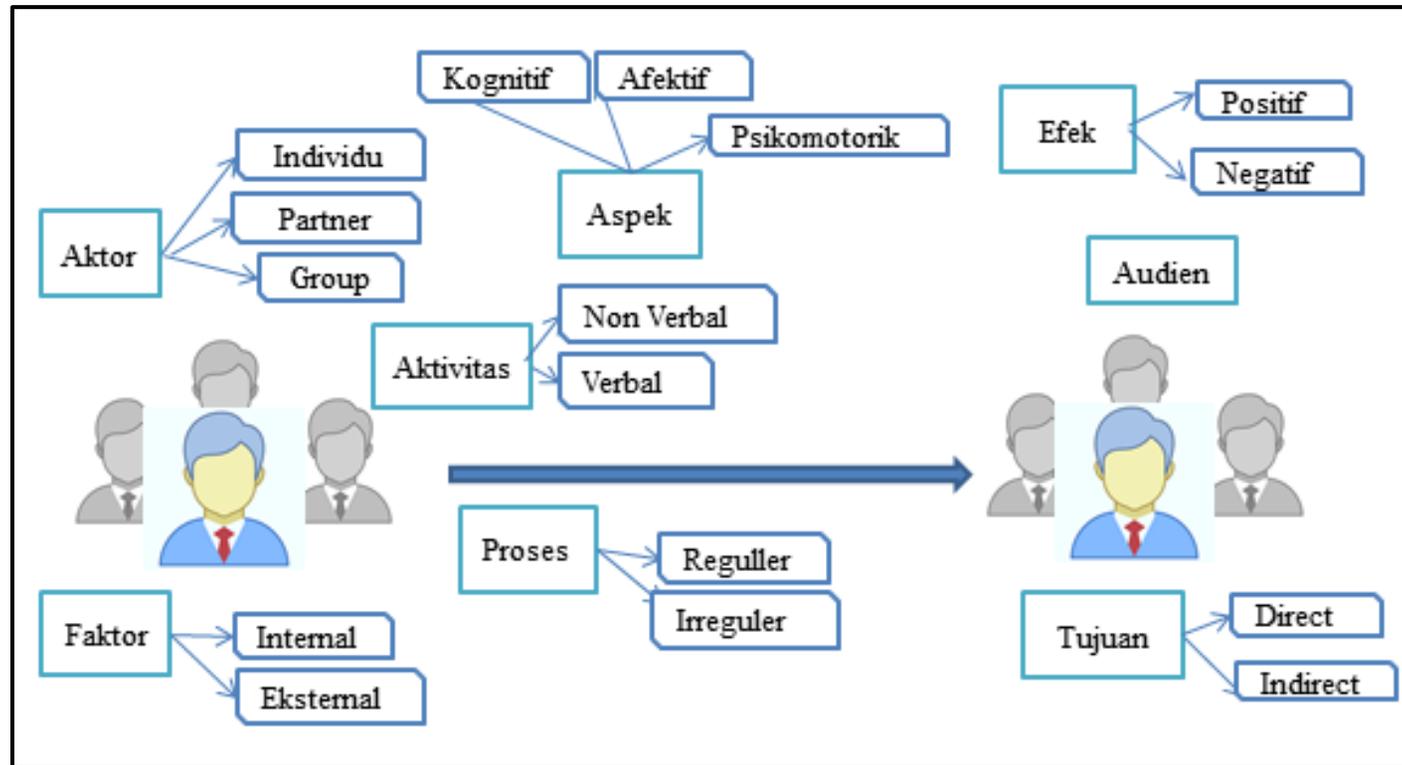
Judge dkk (dalam Ghufron, 2011 : 76). menjelaskan *Self efficacy* sebagai wujud indikator positif dalam pncevaluasian pemahaman diri. *Self efficac* masuk dalam aspek *self-knowledge* yang cukup berpengaruh atas *daily actifity* manusia, karena *Self efficacy* tersebut menentukan tindakan seperti apa yang harus dimunculkan dalam mencapai sebuah tujuan, dan prakiraan atas kemungkinan-kemungkinan yang akan terjadi.

Bandura (dalam Ghufron, 2011 : 75), generalisasi *Self efficacy* merupakan hasil dari proses-proses kognitif dalam pengambilan keputusan, harapan, serta keyakinan sejauh mana seorang individu dapat mengetahui kompetensi dalam diri dalam menjalankan tugas dan kewajiban atau pengambilan keputusan secara efisien dalam mnggapai hasil, *Self efficacy* memiliki keterkaitan terhadap rasa percaya dan keyakinan seseorang atas kokemampuan yang ia miliki seberapa pun besarnya. Efikasi diri lebih menekankan pada komponen keyakinan diri yang dimiliki seseorang dalam menghadapi situasi yang akan datang yang mengandung keaburan, tidak dapat diramalkan, dan sering penuh dengan tekanan.

Gist (dalam Ghufron, 2011 : 75), individu dengan tingkat *Self efficacy* tinggi akan memiliki tingkat kepercayaan mampu dalam menyelesaikan suatu pekerjaan, namun berbeda dengan individu dengan tingkat *Self efficacy* yang rendah akan beranggapan bahwa ia tidak akan dapat mengerjakan bahkan menyelesaikan segala tugas yang dibebankan kepadanya. Pada kondisi tertentu orang yang memiliki *Self efficacy* rendah akan cenderung lebih mudah untuk menyerah. Namun berbeda lagi pada individu dengan *Self efficacy* tinggi yang akan berjuang semaksimal mungkin untuk mewujudkan hasil yang diinginkan.

Bandura (Alwisol 2009 : 344) menuturkan *efficacy* sebagai agapan terhadap diri atas seberapa besar kompetensi dalam diri hingga dapat berguna dalam situasi dan kondisi tertentu. *Self efficacy* berkaitan dengan keyakinan dalam diri bahwa ia memiliki serta mampu mewujudkan respon yang diinginkan. *Self efficacy* pada dasarnya merupakan penilaian terhadap diri, apakah diri ini mampu melakukan dan mengerjakan tugasnya sesuai yang disyaratkan.

## 2) Pola Teks Psikologi *Self Efficacy*

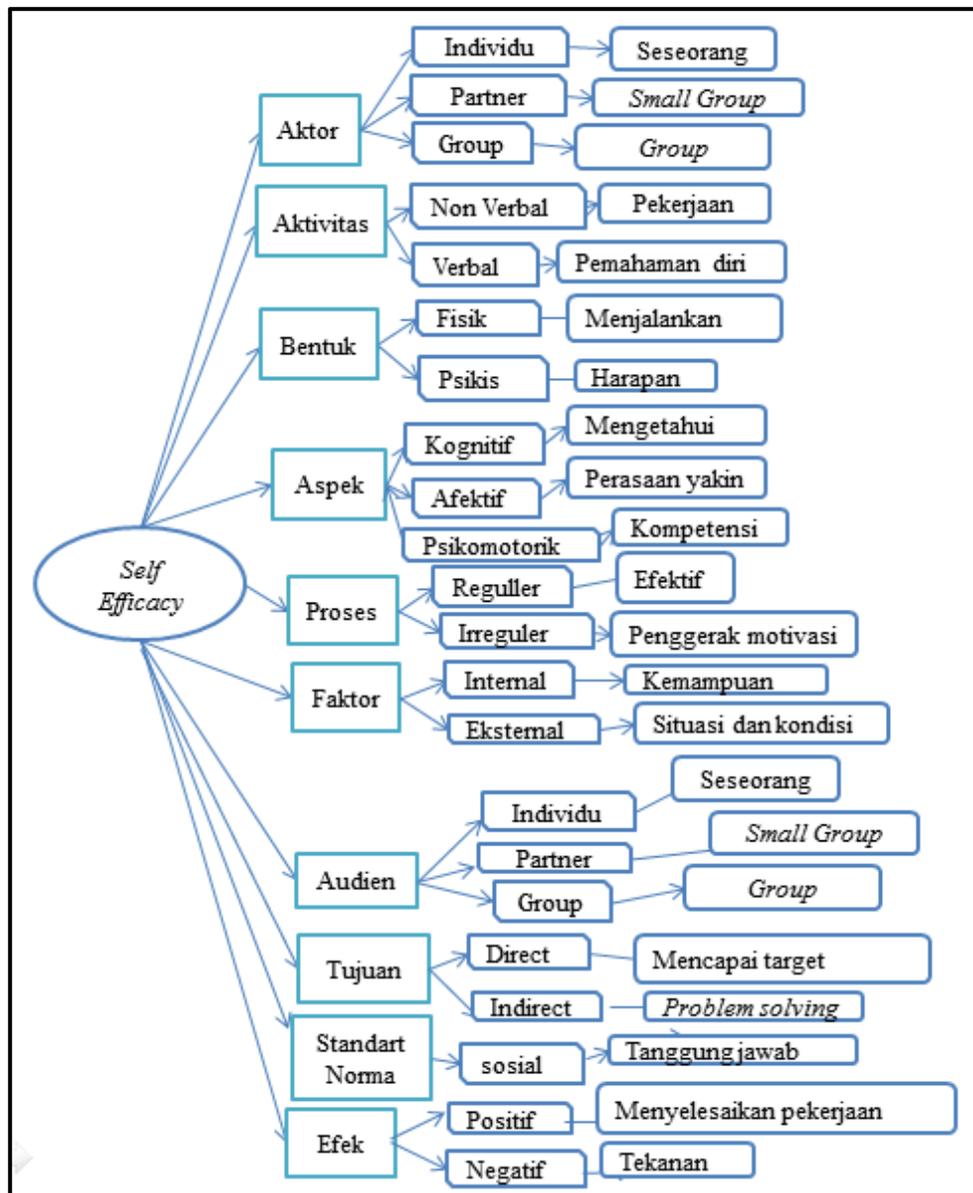


### 3) Analisis Komponen Teks Psikologi *Self Efficacy*

**Tabel 2.4 Analisis Komponen**

No.	Komponen	Kategori	Deskripsi
1.	Aktor	Individu Partner Community	Seseorang <i>Small Group</i> <i>Group</i>
2.	Aktivitas	Verbal Non Verbal	Pemahaman diri Pekerjaan
3.	Bentuk	Fisik Psikis	Menjalankan, Keyakinan, harapan
4.	Aspek	Kognitif Affektif	Evaluasi diri, pengambilan keputusan, mengetahui Perasaan, kepercayaan diri, keyakinan
5.	Proses	Psikomotorik Planning	Kompetensi Efektif, efisien
6.	Faktor	Unplanning Internal Eksternal	Penggerak motivasi Kemampuan Tuntutan situasi dan kondisi
7.	Audien	Individu Partner Community	Seseorang <i>Small group</i> <i>Group</i>
8.	Tujuan	Direct Indirect	Gratifikasi, mencapai target, Menggapai hasil <i>Problem solving</i> ,
9.	Standart Norma	Sosial	Tanggung jawab
10.	Efek	Positif (+) Negatif (-)	Menyelesaikan pekerjaan Tekanan, beban, menyerah, putus asa

#### 4) Peta Konsep *Self Efficacy*



## 5) Rumusan Konsep Teks Psikologi Sebagai Simpulan

### a) General

*self efficacy* dapat diartikan sebagai perasaan yakin atas kompetensi diri untuk menghadapi tantangan pekerjaan untuk memotivasi seseorang agar memiliki perasaan yakin yang sangat kuat.

### b) Partikular

*Self efficacy* merupakan suatu kompetensi dalam mengevaluasi diri, mengetahui diri yang dapat memunculkan keyakinan dalam menjalankan pekerjaan seefisien dan seefektif mungkin dengan memberdayakan kemampuan untuk mencapai target serta menggapai hasil dalam menyelesaikan pekerjaan dan tanggung jawab, yang dapat menjauhkan dari perasaan menyerah dan putus asa.

## b. Telaah Teks Alqu'an

### 1) Sampel Teks Al-Qur'an

*Self efficacy* merupakan suatu kompetensi dalam mengevaluasi diri, mengetahui diri yang dapat memunculkan keyakinan dalam menjalankan pekerjaan seefisien dan seefektif mungkin dengan memberdayakan kemampuan untuk mencapai target serta menggapai hasil dalam menyelesaikan pekerjaan dan tanggung jawab, yang dapat menjauhkan dari perasaan me-

nyerah dan putus asa. Dalam islam turut dijelaskan mengenai *Self efficacy*, antara lain: Surah Al-Baqoroh (2:286), surah Al-Balad (90:17), dan juga surah Al-Ashr (103:3)

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا<sup>٣٦</sup> لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ<sup>٣٧</sup> رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ  
 أَخْطَأْنَا<sup>٣٨</sup> رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا<sup>٣٩</sup> رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ  
 وَاعْفُ عَنَّا<sup>٤٠</sup> وَارْحَمْنَا<sup>٤١</sup> إِنَّتَ مَوْلَانَا<sup>٤٢</sup> فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ

*Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Dia mendapat (pahala) dari (kebajikan) yang dikerjakannya dan dia mendapat (siksa) dari (kejahatan) yang diperbuatnya. (Mereka berdoa), “Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami melakukan kesalahan. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau bebani kami dengan beban yang berat sebagaimana Engkau bebani kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya. Maafkanlah kami, ampunilah kami, dan rahmatilah kami. Engkaulah pelindung kami, maka tolonglah kami menghadapi orang-orang kafir.”*  
 QS. 2:286

ثُمَّ كَانَ مِنَ الَّذِينَ آمَنُوا وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ وَتَوَاصَوْا بِالْمَرْحَمَةِ<sup>٤٣</sup>

“Kemudian dia termasuk orang-orang yang beriman dan saling berpesan untuk bersabar dan saling berpesan untuk berkasih sayang” QS. 90:17

إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ

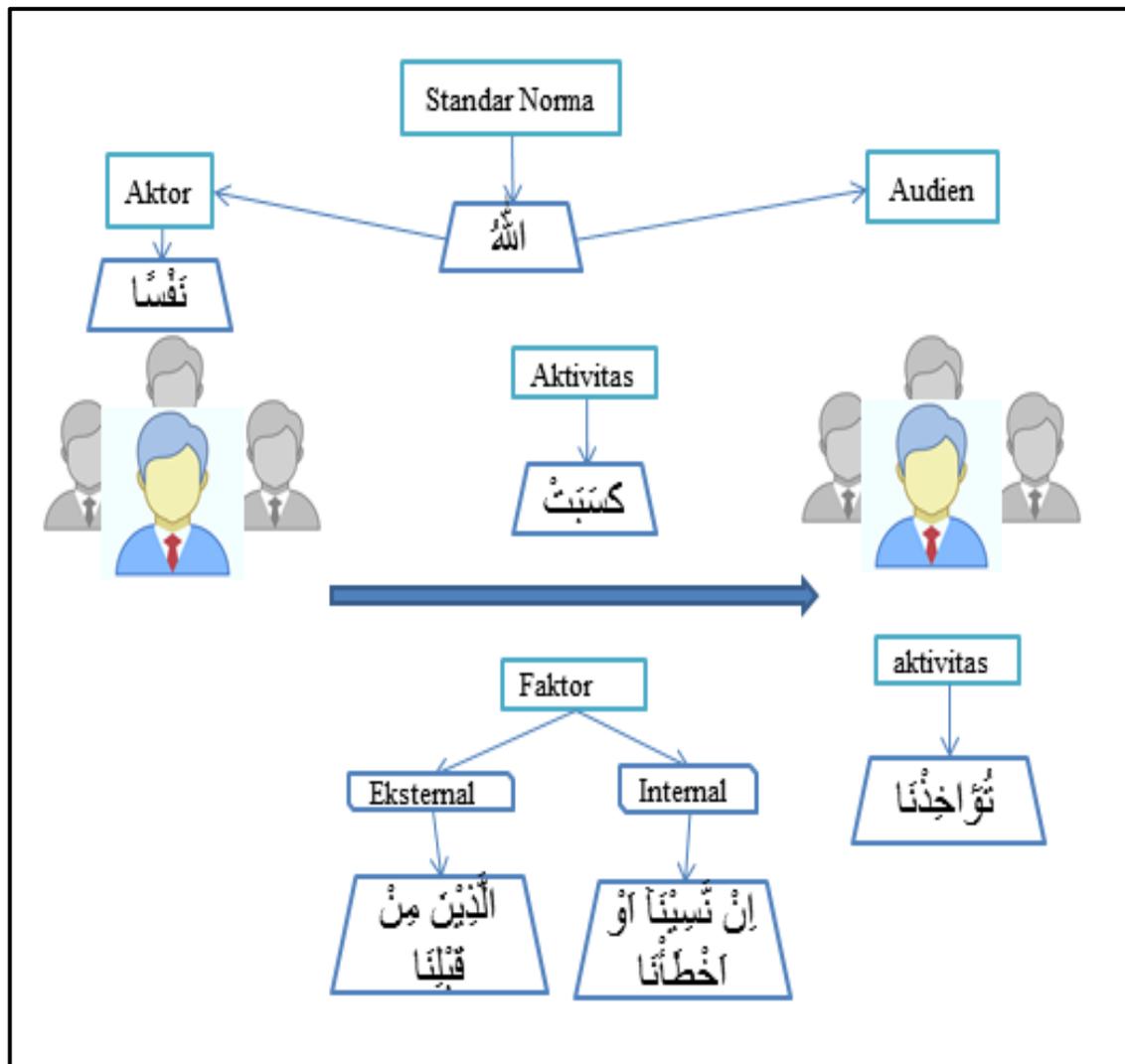
“kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan kebajikan serta saling menasihati untuk kebenaran dan saling menasihati untuk kesabaran.” QS. 103:3

## 2) Analisis makna mu'frodad surah Al Baqarah ayat 286

**Tabel 2.5 Analisis makna**

No.	Teks	Terjemahan	Makna Psikologi
1.	الله	Allah	Standar Norma
2.	نَفْسًا	Seseorang	Aktor
3.	كَسَبَتْ	Diusahakannya	Reaksi
4.	تُؤَاخِذُنَا	Engkau hukum kami	Efek
5.	إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا	Kami lupa atau salah	Faktor internal dan eksternal
6.	الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا	Orang-orang sebelum kami	Lingkungan
7.	الْكُفْرِينَ	Orang-orang kafir	Perilaku menyimpang

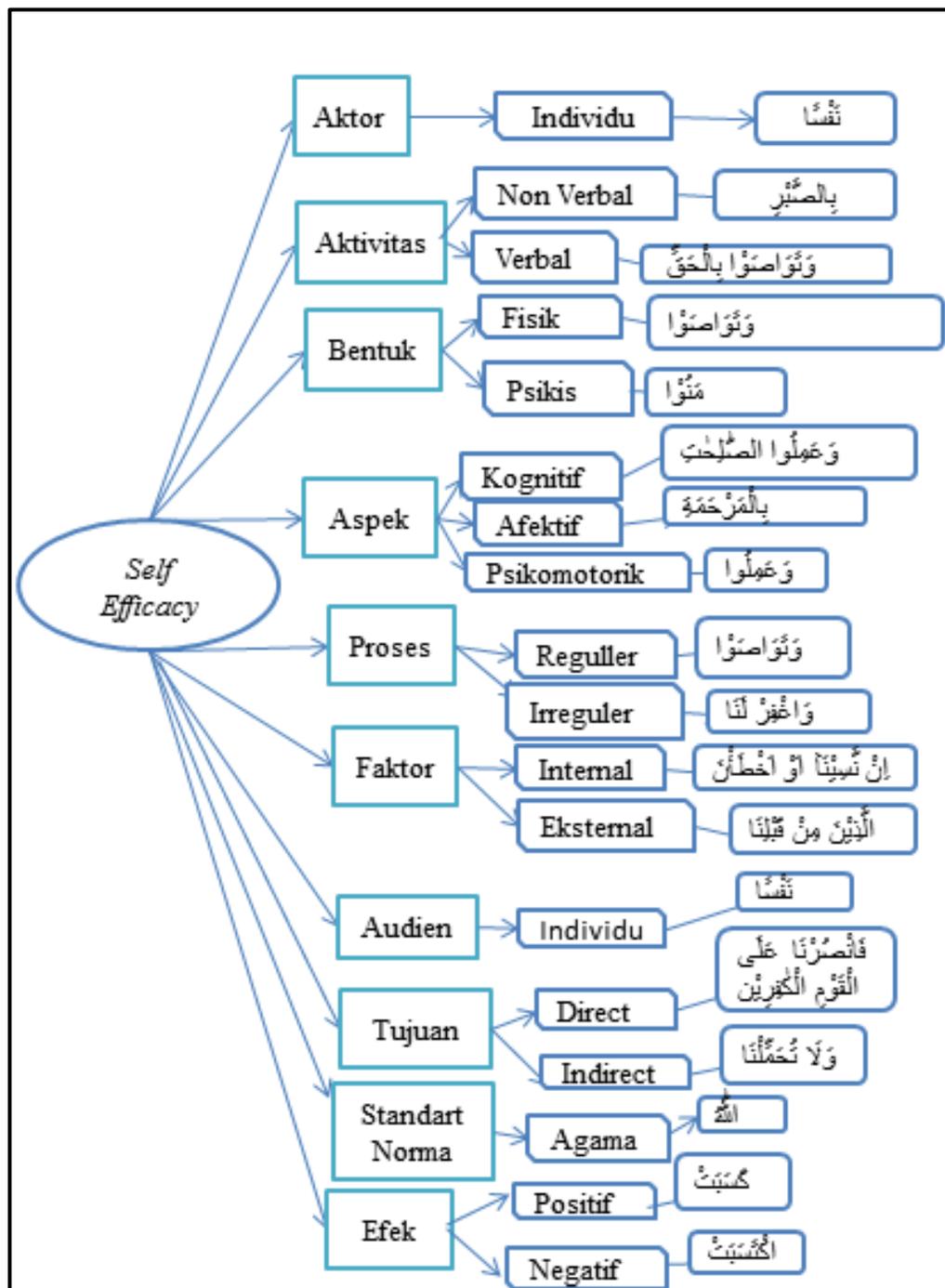
### 3) Pola Teks Alquran *Self Efficacy*



#### 4) Analisis Komponen Teks Al quran Terhadap *Self Efficacy*

**Tabel 2.6 Analisis Komponen Alquran**

No.	Komponen	Kategori	Deskripsi
1.	Aktor	Individu	نَفْسًا
2.	Aktivitas	Verbal	وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ
		Non Verbal	بِالصَّبْرِ
3.	Bentuk	Fisik	وَتَوَاصَوْا
		Psikis	مُنُوا
4.	Aspek	Kognitif	وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ
		Affektif	بِالْمَرْحَمَةِ
		Psikomotorik	وَعَمِلُوا
5.	Proses	Planning, reguler	وَتَوَاصَوْا
		Unplanning, ir-regular	وَاعْفُوا لَنَا
6.	Faktor	Internal	إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا
		Eksternal	الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا
7.	Audien	Individu	نَفْسًا
8.	Tujuan	Direct	فَأَنْصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ
		Indirect	وَلَا تُحْمَلْنَا
9.	Standart Norma	Agama	الله
10.	Efek	Positif (+)	كَسَبَتْ
		Negatif (-)	اِكْتَسَبَتْ

5) Peta Konsep Teks Alquran *Self Efficacy*

## 6) Rumusan Konseptual

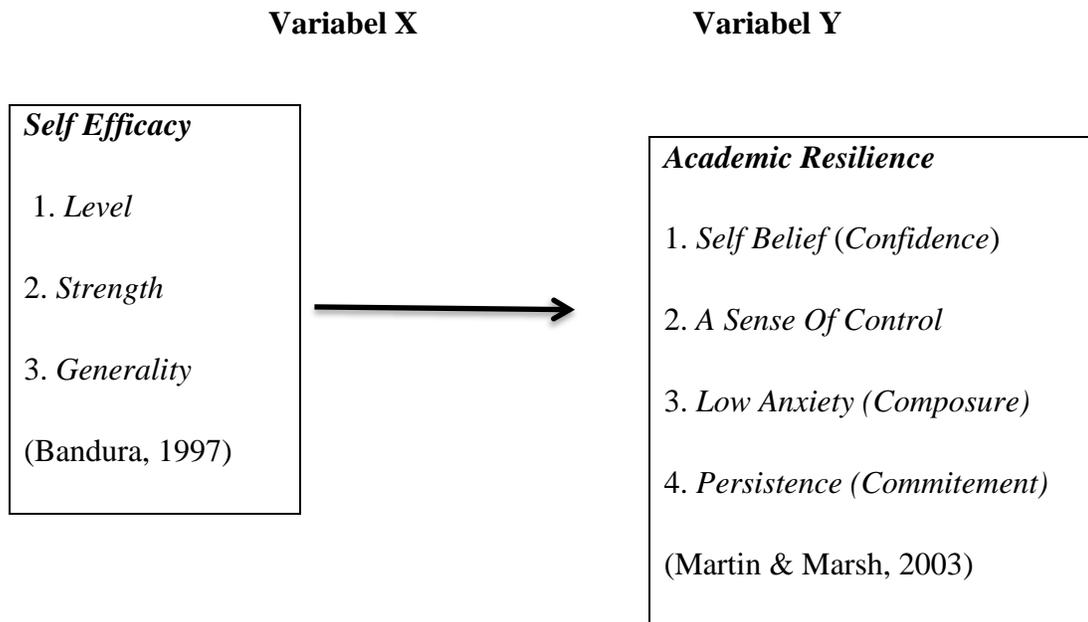
### a) General

*Self Efficacy* ialah seseorang (نَفْسًا) dengan kompetensi (وُسْعَهَا) penyelesaian tugas (كَسَبَتْ) tanpa adanya hambatan yang berarti (طَاقَةً) dengan kemampuan serta kepercayaan yang dimiliki (عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا)

### b) Partikular

*Self Efficacy* ialah seseorang (نَفْسًا) yang memiliki keyakinan (تُحْمِلُنَا) dalam mengerjakan (وَعَمَلُوا) tugas yang membebani (أَمْنُوا), dipengaruhi oleh faktor internal (أَخْطَأْنَا) dan eksternal (فَبِلْنَا) untuk mendapat keberhasilan (كَسَبَتْ) dan terhindar dari hal-hal yang buruk (اِكْتَسَبَتْ)

### E. Kerangka Berpikir



### F. Hipotesis

Terdapat adanya pengaruh *self efficacy* terhadap *academic resilience* pada mahasiswa Psikologi 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang .

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Rancangan Penelitian**

Syahrum & Salim (2012: 161) menjelaskan mengenai rancangan penelitian yang digambarkan seperti adanya sebuah jalan yang berguna dalam mencapai sebuah tujuan (kesimpulan). Rancangan penelitian merupakan bentuk strategi menyeluruh yang mencakup hal-hal yang telah ditetapkan (direncanakan) yang berfungsi dalam pelaksanaan, pembuatan hipotesa, hingga hasil, kesimpulan, dan juga saran yang mana diperoleh dari analisa-analisa data (Arikunto, 2015: 37). Penelitian ini sendiri menggunakan pendekatan kuantitatif sebagai jenis pendekatannya. Penelitian kuantitatif (Syahrum & Salim, 2012: 40) dijelaskan sebagai penelitian yang empiris dengan data yang berupa angka-angka. Mulyadi (2011: 27) menuturkan mengenai penelitian kuantitatif yang disebutkan sebagai jenis pendekatan positifisme. Jenis penelitian ini bertujuan untuk meneliti sejauh mana suatu variabel berhubungan dengan variabel lain yaitu berdasarkan koefisien korelasi (Azwar, 2010: 8-9).

Jenis penelitian ini memilih analisis data regresi sederhana serta analisa deskriptif dalam penggunaannya. Analisis regresi sederhana berfungsi untuk mengukur pengaruh antara satu variabel prediktor (bebas) terhadap Varia-

bel terikat (Wijayanto, 2008 : 1), dan analisa deskriptif yang berfungsi dalam menjelaskan data dari hasil penelitian. Tujuan peneliti ini adalah agar dapat mengetahui pengaruh *self efficacy* terhadap *academic resilience* mahasiswa angkatan 2020 fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

## **B. Identifikasi Variabel**

Sugiyona (2017 : 61) menuturkan bahwa variabel merupakan atribut yang mencakup orang, sifat, obyek, serta kegiatan dengan variasi tertentu yang akan dipelajari dan juga ditarik kesimpulan

Ada dua macam variabel, antara lain (Priyono. 2008 : 568): Variabel bebas (variable yang muncul terlebih dahulu dari variable terikat), dan Variabel terikat (variable yang dipengaruhi variable bebas)

1. Variabel(X) : *Self Efficacy*
2. Variabel (Y) : *Academic Resilience*

## **C. Definisi Operasional**

Syahrum & Salim (2012 : 108) menjeaskan definisi operasional sebagai bentuk dari definisi dengan merujuk kepada sifat serta karakteristik yang dimiliki oleh variable. Azwar (2015 : 74) turut menjelaskan dalam definisi operasional terdapat pemrosesan ulang terhadap definisi konseptual

yang merujuk pada kriteria hipotetis. Dalam penelitian ini peneliti mencoba menjelaskan masing-masing definisi operasional dari dua variabel tersebut:

#### 1. *Academic Resilience*

*Academic Resilience* merupakan kompetensi untuk tetap berusaha (*persistence*) berdiri tegak dan percaya (*self belief*) dalam mengontrol (*a sense of control*) kekhawatiran serta kecemasan (*low anxiety*) yang muncul dalam menghadapi tuntutan akademik.

#### 2. *Self Efficacy*

*Self Efficacy* merupakan indikator positif berupa perasaan percaya terhadap kompetensi yang berdasar kepada kekuatan (*strength*) yang dimiliki dalam menghadapi berbagai tingkatan (*level*) tuntutan akademik yang saling berkaitan dengan keyakinan dalam menghadapi kesulitan dalam bidang lain (*generality*).

### **D. Strategi Penelitian**

#### **1. Penentuan Populasi Penelitian**

Populasi digambarkan sebagai wilayah dengan spesifikasi yang masih umum dengan kepemilikan kualitas dan pengkriteriaan sebagai kebutuhan peneliti dalam mempelajari serta menyimpulkan nantinya

(Sugiono, 2016: 117). Penelitian ini menggunakan kriteria untuk populasi, sebagai berikut:

- a. Mahasiswa aktif Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- b. Mahasiswa angkatan 2020

**Tabel 3.1 Populasi Penelitian**

No	Jenis Kelamin	Jumlah
1.	Laki-laki	108
2.	Perempuan	194
	Total	302

## 2. Sampel Penelitian

Sampel diartikan sebagai sebagian dari jumlah populasi yang digunakan untuk objek penelitian, dalam bahasa harfiah sampel berarti contoh (Syahrums & Salim, 2012: 113). Azwar (2011: 79) menjelaskan dalam penentuan sampel harus menggunakan karakteristik yang serupa dengan populasi, hal ini bertujuan agar kesimpulan dapat digeneralisasikan pada populasi. Sugiyono (2016: 118) menyatakan penentuan jumlah sampel dis-

esuaikan dengan standar supaya dapat mewakili populasi dengan tepat, sehingga dengan perbandingan sampel dan populasi dapat memperkecil peluang error. Penentuan jumlah sampel dilakukan dengan: Apabila subjek <100 maka lebih baik dipilih secara keseluruhan, apabila jumlah subjek besar atau >100 maka dipilih antara 10-15% atau 20-25% atau lebih. Oleh karena itu sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah sebesar 30% dari jumlah populasi sehingga jumlahnya adalah  $30\% \times 302 = 90$  mahasiswa.

### 3. Teknik Sampling

Metode sampling adalah cara pengumpulan data yang hanya mengambil sebagian elemen populasi atau karakteristik yang ada dalam populasi (Andriani, 2019: 7). Teknik *sampling random* adalah cara pengambilan *sample* dengan semua objek atau elemen populasi dengan memiliki kesempatan yang sama untuk dipilih sebagai *sample* (Andriani, 2019: 8)..

Penelitian ini menggunakan teknik sampling dengan cara random sampling. Priyono (2008) menjelaskan bahwa “teknik acak sederhana merupakan teknik pemilihan sampel yang paling mudah digunakan. Anda mungkin tahu suatu arisan atau undian berhadiah dilaksanakan. Misalnya oleh sepuluh orang ibu mengikuti arisan, nama-nama mereka dituliskan da-

lam secarik kertas kemudian dimasukkan ke dalam suatu gelas untuk diambil satu persatu secara acak. Cara ini sudah termasuk acak sederhana”.

### **E. Teknik Pengumpulan Data**

Pengumpulan data merupakan bermacam cara yang diterapkan peneliti agar memperoleh data (Berlian, 2016 : 42). Teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah kuisisioner. Angket atau *Questionary* merupakan daftar pernyataan atau pertanyaan yang berhubungan dengan topik tertentu pada subjek, baik individu maupun kelompok untuk mendapatkan informasi (Syahrudin & Salim, 2012 : 135). Kuisisioner berbentuk lembaran kertas yang berisi pernyataan dengan struktur baku (Priyono, 2008 : 43).

Teknik pengukuran pada kuisisioner penelitian ini menggunakan skala yaitu skala *likert*. Arti sederhana dari skala adalah pengukuran berjenjang, artinya skala *likert* memiliki tujuan untuk mengukur persepsi, sikap, pendapat tentang peristiwa sosial dengan memberikan respon pada lima titik pilihan masing-masing butir pernyataan (Herlina, 2019 : 6). Alternatif jawaban pada penelitian ini dengan empat pilihan, sebab dengan lima pilihan akan memungkinkan responden memberi pilihan netral yang berada di tengah yang dirasa aman dan mudah (Arikunto, 2015 : 284). Berikut panduan penilaian skor pada skala *likert*:

**Tabel 3.2 Panduan Penilaian**

No	Respon	Skor	
		<i>Favourble</i>	<i>Unfavourble</i>
1.	Sangat Setuju (SS)	4	1
2.	Setuju (S)	3	2
3.	Tidak Setuju (TS)	2	3
4.	Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

**1. Skala Academic Resilience****Tabel 3.3 Skala Academic Resilience**

No.	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			F	UF	
1	<i>Self Belief (Confidence)</i>	1. Mampu menghadapi ujian 2. Mampu menghadapi tugas dengan baik	1, 4	7	3
2	<i>A Sense of Control</i>	1. Mampu mengontrol Stres	2, 11	8	3
3	<i>Low Anxiety (Composure)</i>	1. Tidak larut dalam Keterpurukan	3	9, 12	3
4	<i>Persistence (Commitment)</i>	1. Mampu menghadapi kemerosotan akademik dengan baik	5, 6	10	3
Total					12

## 2. Skala *Self Efficacy*

Tabel 3.4 Skala *Self Efficacy*

Aspek	Indikator	Item		Jumlah Item
		F	UF	
<i>Level</i>	Perencanaan dan pengaturan diri dalam penyelesaian tugas	8	3,7	5
	Percaya mampu menghadapi tugas yang menekan	14,2		
<i>Strength</i>	Berupaya dalam penyelesaian tugas	9, 12	1, 15	5
	Bersungguh-sungguh untuk mempelajari materi kuliah dalam menghadapi ujian	5		
<i>Generality</i>	Dapat mengatasi bermacam-macam situasi yang menantang dalam pembelajaran	4, 11, 6	10, 13	5
<b>Total</b>				15

### F. Validitas dan Reliabilitas

Perlu dilaksanakan *try out* pada subjek dengan kriteria yang hampir sama sebelum alat ukur disebarkan pada subjek yang sebenarnya (Syahrums & Salim, 2012 : 150).

## 1. Uji Validitas

Validitas berkaitan dengan keakuratan indikator yang digunakan dalam mewakili arti konsep dari variabel penelitian (Priyono, 2008 : 86). Instrumen dinyatakan valid apabila mampu mengukur sesuai dengan yang diinginkan (Pujihastuti, 2010 : 52) (Pujihastuti, 2010). Validitas instrumen menjelaskan sejauhmana kesesuaian skala saat pengukuran dengan cermat (Yusup, 2018 : 17).

Penelitian ini menggunakan jenis validitas isi. Validitas isi menunjukkan suatu bukti bahwa elemen-elemen didalam alat ukur dan dilakukan proses pengujian analisis rasional. Proses pengujian tersebut dilakukan oleh ahli dengan *expert judgement* (Yusup: 2018: 18). Alat ukur dengan validitas isi yaitu ketika keseluruhan isi definisi dar variable terlibat dalam perangkat alat ukur (Priyono, 2008: 88). Validitas isi dinilai dengan pertimbangan secara konseptual, logis, serta dengan melibatkan dasar dari penalaran (Barlian, 2016: 77). Validitas isi penelitian ini dengan *expert judgement* kepada Dr. Rifa Hidayah M. Si, Selly Candra Ayu, M. Si serta Novia Soluchah, M.Psi kemudian dilakukan penghitungan CVI (*content validity index*).

Validitas item bertujuan untuk memperoleh informasi mengenai dukungan item pada skor total dengan korelasi skor item dengan skor total

(Novikasari, 2016 : 7). Korelasi *product moment* mampu membantu pengujian validitas pada penelitian kuantitatif (Sarmanu, 2017 : 9). Penelitian ini menggunakan teknik *Product moment* menurut Arikunto (2015 : 170) dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan :

$r_{xy}$  = Koefisien korelasi *product moment*

N= Jumlah responden

X= Skor item

Y= Skor total item

Item dinyatakan valid apabila koefisien korelasi mencapai 0.30 sedangkan item dengan nilai >0.30 dinyatakan item dengan daya diskriminasi rendah atau tidak valid (Azwar, 2015 : 163). Perhitungan validitas skala menggunakan bantuan SPSS 16.0 *for windows*.

## 2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas bersangkutan dengan keterandalan indikator skala. Informasi atau hasil skor yang tidak berubah atau bersifat konsistenlah yang dinyatakan reliabel. Alat ukur dinyatakan tidak reliabel apabila skor hasil berbeda atau tidak konsisten (Priyono, 2008 : 91). Yusup (2018 : 21) menyatakan in-

strumen yang berupa *essai*, kuisisioner atau angket dapat dilakukan pengujian dengan uji *Alpha Cronbach*.

Ketentuan uji *Alpha Cronbach* yaitu dengan nilai koefisien reliabilitas antara 0.00 sampai 1.00. Penggunaan uji *Alpha Cronbach* bertujuan sebagai penduga dari reliabilitas konsistensi internal dari suatu skor test (Azwar, 2014 : 182).

Penelitian ini pada bagian uji reliabilitas digunakan *Alpha Cronbach*:

$$\alpha = \left( \frac{n}{n-1} \right) \left( 1 - \frac{\sum \alpha^2_b}{\alpha^2_t} \right)$$

Keterangan :

$\alpha$  = Reliabilitas

$n$  = Banyaknya item

$\sum \alpha^2_b$  = Varians skor tiap-tiap item

$\alpha^2_t$  = Varians skor total

Azwar (2011 : 83) menjelaskan dinyatakan reliabel apabila koefisien dengan angka berada pada rentan 0 sampai dengan 1.00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1.00 berarti semakin tinggi reliabilitas.

Semakin rendah koefisien mendekati angka 0 maka semakin rendah reliabilitasnya.

## **G. Metode Analisis Data**

### **1. Uji Normalitas**

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah populasi terdistribusi normal atau tidak. Dalam penelitian ini menguji normalitas dengan *Kolmogorovsmirnov* sebab jumlah responden yang ikut serta > 50 orang. Priyatno (2011 : 86) menjelaskan bahwa data dikatakan normal apabila signifikan > 0.05.

### **2. Uji Linearitas**

Uji linearitas sebagai prosedur yang bertujuan untuk mengetahui dua variabel memiliki hubungan yang linear atau tidak secara signifikan. Dikatakannya linear jika nilai signifikan *deviation from linearity*  $p > 0,05$ .

### **3. Analisis Deskriptif**

Analisis deskriptif penelitian ini meliputi nilai maksimal, nilai maksimal, standar deviasi, kategorisasi, mean, dan persentase.

a. Rumus mean hipotetik

Dalam penelitian ini, rumus mean hipotetik digunakan sebagai acuan untuk menentukan kategorisasi. Rumus mean hipotetik adalah:

$$\text{Mean} = \frac{1}{2} (i \text{ max} + i \text{ min}) \sum \text{aitem}$$

Keterangan :

Mean = Rerata hipotetik

$i \text{ max}$  = Skor maksimal aitem

$i \text{ min}$  = Skor minimal aitem

$\sum \text{aitem}$  = jumlah aitem yang diterima

b. Rumus standar deviasi

Jika nilai mean telah diketahui maka langkah selanjutnya adalah mencari nilai standar deviasi dengan rumus sebagai berikut :

$$\text{SD} = \frac{1}{6} (i \text{ max} - I \text{ min})$$

Keterangan =

SD = Standar Deviasi

$i_{\max}$  = Skor maksimum subjek

$i_{\min}$  = Skor minimum subjek

#### c. Kategorisasi

Kategorisasi jenjang ordinal bertujuan untuk menempatkan individu ke dalam kelompok-kelompok yang posisinya berjenjang menurut satu kontinum berdasarkan atribut yang diukur.

Kategorisasi atribut subjek dalam penelitian ini dibagi menjadi 3 yaitu tinggi, sedang, dan rendah dengan rumus sebagai berikut.

**Tabel 3.5 Tabel Kategorisasi**

No	Kategori	Norma
1.	Tinggi	$X \geq M + 1 \text{ SD}$
2.	Sedang	$M - 1 \text{ SD} \leq X < M + 1 \text{ SD}$
3.	Rendah	$X < M - 1 \text{ SD}$

#### 4. Analisis Regresi

Analisa regresi adalah salah satu metode yang memberikan penjelasan mengenai akibat-akibat dan seberapa besar akibat yang ditimbulkan oleh satu atau beberapa variabel X terhadap variabel Y (Sudarmanto, 2005). Analisis regresi sederhana didasarkan pada hubungan fungsional ataupun kausal satu

variabel *independent* dengan satu variabel *dependent* (Sugiyono, 2011). Analisis regresi ini digunakan untuk menguji bagaimana pengaruh masing-masing variabel X terhadap variabel Y yang diformulasikan dalam bentuk persamaan sebagai berikut:

$$Y = a + bX$$

Keterangan :

Y = variabel *dependent*

a = angka konstan dari *unstandardized coefficients*

b = angka koefisien regresi

X = variabel *independent*

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Pelaksanaan Penelitian**

##### **1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang ialah lembaga pendidikan tinggi dibawah naungan Departemen Pendidikan Nasional dan Kebudayaan yang beralamat di Jl. Gajayana No. 50 Malang, dengan memiliki tujuan “mencetak sarjana psikologi muslim yang mampu mengintegrasikan ilmu psikologi dan keislaman yang bersumber dari al Qur’an, al Hadist dan Khazanah keilmuan islam.”. Pada tahun 1997 untuk pertama kalinya dibuka program studi psikologi dengan SK Dirjen Binbaga islam No E/107/1997, dan menjadi jurusan psikologi pada tahun 1999 sesuai SK. Dirjen Binbaga Islam, No. E/138/1999, No. E/212/2001, 25 Juli 2001 dan Surat Dirjen Dikti Diknas No. 2846/D/T/2001, tgl. 25 Juli 2001. kemudian tanggal 21 Juni 2004 terbit SK Presiden RI No.50/2004 perihal perubahan IAIN Suka Yogyakarta dan STAIN Malang menjadi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dan telah melakukan perpanjangan izin penyelenggaraan program studi Psikologi Program Sarjana (S-1) pada UIN Malang Provinsi Jawa Timur berdasarkan keputusan Dikti No. D/.II/233/2005 terakreditasi oleh Badan Akreditasi Nasional (BAN) Perguruan Tinggi No.164/SK/BAN-PT/Ak-XVI/S/VIII/2013 dengan predikat B (Baik) s/d Tahun 2018

a. Visi Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang

Fakultas Psikologi Psikologi memiliki visi “menjadi Fakultas terkemuka dalam penyelenggaraan pendidikan dan pengajaran, penelitian dan pengabdian kepada masyarakat untuk menghasilkan lulusan di bidang psikologi yang memiliki kedalaman spiritual, keluhuran akhlak, keluasan ilmu dan kematangan professional dan menjadi pusat pengembangan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni yang bernafaskan islam serta menjadi penggerak kemajuan masyarakat.”.

b. Misi Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang

Fakultas Psikologi memiliki misi “menciptakan sivitas akademika yang memiliki kedalaman spiritual dan keluhuran akhlak, memberikan pelayanan yang professional terhadap pengkaji ilmu pengetahuan psikologi yang bernafaskan islam, mengembangkan ilmu psikologi yang bercirikan islam melalui pengkajian dan penelitian ilmiah dan mengantarkan mahasiswa psikologi yang menjunjung tinggi etika moral.”.

c. Tujuan Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang

Fakultas psikologi bertujuan “menghasilkan sarjana psikologi yang memiliki wawasan dan sikap yang agamis, menghasilkan sarjana psikologi yang professional dalam menjalankan tugas, menghasilkan sarjana psikologi yang mampu merespon perkembangan dan kebutuhan masyarakat.”.

kat serta dapat melakukan inovasi baru dalam bidang psikologi dan menghasilkan sarjana psikologi yang mampu memberikan tauladan dalam kehidupan atas dasar nilai islam dan budaya luhur bangsa.”

## **2. Pelaksanaan Penelitian**

Kuisisioner skala penelitian diberikan kepada responden yang sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan antara lain: Mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, berstatus mahasiswa aktif. Proses pengambilan data dilakukan sejak tanggal 3-9 Juni 2021 dengan menyebarkan angket secara online menggunakan *google form*. Kuisisioner dibagikan melalui personal chat dengan mengirikan *link google form*.

Sample pada penelitian ini adalah mahasiswa Psikologi angkatan 2020 yang berjumlah 91 mahasiswa. Tidak terdapat hambatan yang berarti dalam pengambilan data dikarenakan jangkauan yang mudah dengan bantuan teknologi serta tidak membutuhkan waktu yang lama sehingga penyebaran angket menjadi mudah.

## B. Hasil Penelitian

### 1. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

#### a. Uji Validitas

##### 1) Skala *Self Efficacy*

Pengujian skala *self efficacy* menunjukkan bahwa terdapat 1 item tidak valid dan 14 item valid dengan validitas item yang berada pada rentang angka 0.321 sampai 0.671 sehingga item tidak valid di bawah 0.3 dinyatakan gugur.

**Tabel 4.1 Uji Validitas Skala *Self Efficacy***

No	Aspek	Valid		Gugur		Jumlah Valid
		Fav	Unfav	Fav	Unfav	
1.	<i>Level</i>	8, 14, 2	3, 7	-	-	5
2.	<i>Strength</i>	9, 12, 5	1, 15	-	-	5
3.	Generality	4, 6, 11	13	-	10	4
					Total	14

##### 2) Skala *Academic Resillience*

Pengujian skala *Academic Resillience* menunjukkan bahwa tidak terdapat item yang gugur dengan validitas item yang berada pada rentang angka 0.406 sampai 0.691 sehingga menunjukkan semua item dinyatakan valid.

**Tabel 4.2 Uji Validitas Skala *Academic Resillience***

No	Aspek	Valid		Gugur		Jumlah Valid
		Fav	Unfav	Fav	Unfav	
1.	<i>Self Belief</i>	1, 4	7	-	-	3
2.	<i>A Sense of Control</i>	2, 11	8	-	-	3
3.	<i>Low Anxiety</i>	3	9, 12	-	-	3
4.	<i>Persistence (Commitment)</i>	5,6	10	-	-	3
Total						12

**b. Uji Reliabilitas**

Reliabilitas dinyatakan dalam koefisien *alpha* yang angkanya berada pada rentang 0 sampai dengan 1.00 yang artinya semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati 1.00 maka semakin tinggi reliabilitas dan sebaliknya. Berikut hasil uji reliabilitas:

**Tabel 4.3 Hasil Uji Reliabilitas**

Variabel	Alpha Cronbach	Keterangan
<i>Self Efficacy</i>	0.762	Reliabel
<i>Academic Resillience</i>	0.788	Reliabel

**Tabel 4.4 Kriteria Koefisien Reliabilitas**

Nilai	Keterangan
$r_{11} < 0.20$	Sangat Rendah
$0.20 \leq r_{11} < 0.40$	Rendah
$0.40 \leq r_{11} < 0.70$	Sedang
$0.70 \leq r_{11} < 0.90$	Tinggi
$0.90 \leq r_{11} < 1.00$	Sangat Tinggi

Data di atas menunjukkan bahwa hasil uji reliabilitas pada variabel *self efficacy* sebesar 0.762 dan *acadeic resillience* sebesar 0.788 yang mana kedua variabel berada pada tingkat tinggi.

## 2. Hasil Uji Asumsi

### a. Uji Normalitas

Penghitungan uji normalitas bertujuan mengetahui apakah data terdistribusi normal atau tidak. Apabila analisis menggunakan metode parametrik, maka persyaratan normalitas harus terpenuhi yakni data terdistribusi normal. Apabila data terdistribusi normal maka metode yang digunakan adalah statistik non parametrik. Penghitungan uji normalitas dilakukan dengan bantuan *software SPSS. 16.0 for windows* dengan metode *Kolmogorov Smirnov Test* karena responden berjumlah lebih dari 50 responden, berikut hasil dari uji normalitas:

**Tabel 4.5 Hasil Uji Normalitas**

<b>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</b>		
		Unstandardized Residual
N		91
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	5.51499035
Most Extreme Differences	Absolute	.058
	Positive	.058
	Negative	-.055

Kolmogorov-Smirnov Z	.558
Asymp. Sig. (2-tailed)	.915
a. Test distribution is Normal.	

---

Tabel di atas menunjukkan hasil uji normalitas dengan nilai Sig.(p) sebesar 0.915 sehingga dapat dinyatakan normal karena sesuai dengan pengambilan keputusan yang menyatakan Sig.(p) > 0.05. Hal ini menyebutkan bahwa kedua data variabel dinyatakan terdistribusi secara normal.

#### **b. Uji Linearitas**

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui hubungan linier antara dua variabel secara signifikan. Penggunaan uji korelasi atau regresi dilakukan dengan syarat menghitung uji linearitas secara signifikan kurang dari 0,05 dan *deviation from linearity* sehingga disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier antar variabel. Hubungan yang linier menunjukkan bahwa kualitas data variabel x akan meningkat atau menurun seiring perubahan yang terjadi pada variable y secara linier. Penghitungan uji linieritas menggunakan bantuan SPSS 16.0 *for windows* dengan *test for linearity*, berikut hasil uji linieritas:

**Tabel 4.6 Hasil Uji Linearitas**

<b>Variabel</b>	<b><i>Deviation From Linearity</i></b>	<b>Keterangan</b>
X terhadap Y	0.457	Linier

Tabel di atas menunjukkan nilai signifikansi dari uji linearitas sebesar  $0.457 > 0.05$ , dapat disimpulkan terdapat hubungan yang linear antara variabel *self efficacy* terhadap *academic resillience*.

### 3. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif memiliki tujuan untuk memperoleh jawaban berdasarkan rumusan masalah sekaligus mencapai tujuan sesuai dengan yang terdapat pada bab I. Data yang diperoleh ditampilkan untuk dapat mempermudah interpretasi secara sederhana.

#### a. Tingkat *Self Efficacy* Mahasiswa Psikologi Angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Malang

Pengukuran *self efficacy* pada mahasiswa baru menggunakan skala berdasarkan aspek *self efficacy* menurut Bandura. Skala *self efficacy* terdiri dari 14 item dengan skor nilai 1-4. Skor hipotetik tertinggi (max) 55, skor terendah (min) 22 serta mean hipotetik 38.5. Berdasarkan hasil penelitian, skor empirik tertinggi (max) 56 skor terendah (min) 14 serta mean empirik 35.

**Tabel 4.7 Skor Hipotetik dan Empirik *Self Efficacy***

Variabel	Hipotetik				Empirik			
	Max	Min	Mean	Std	Max	Min	Mean	Std
<i>Self efficacy</i>	55	22	38.5	5.5	56	14	35	7

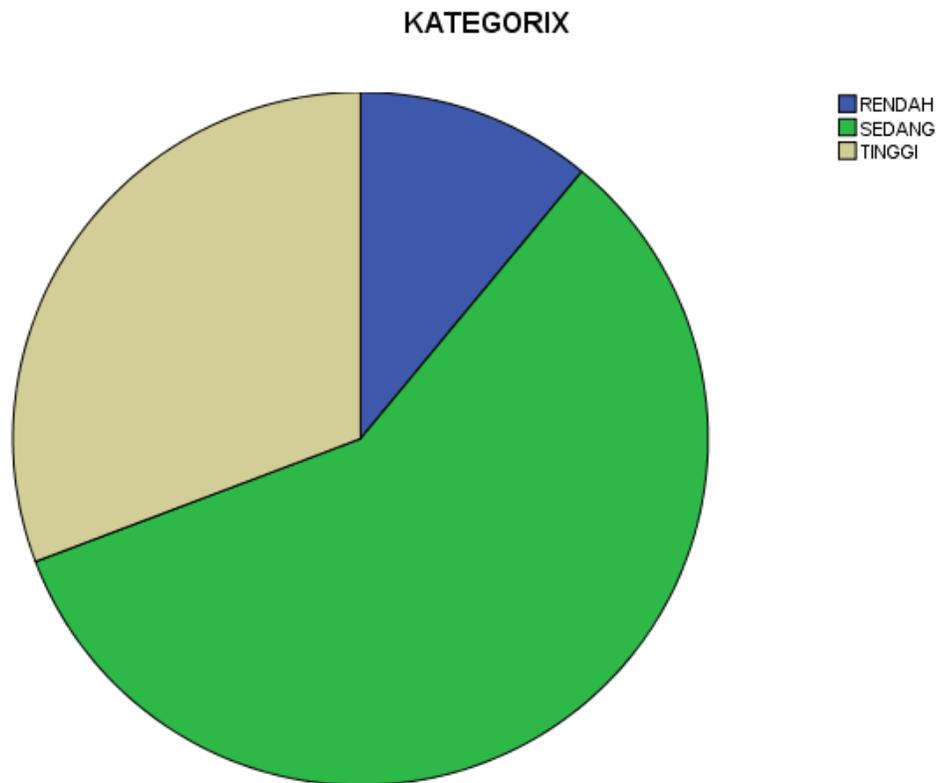
Kategorisasi tingkat *Self efficacy* mahasiswa Psikologi angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang sebagai berikut:

**Tabel 4.8 Hasil Kategorisasi Data *Self Efficacy***

<b>Kategori</b>	<b>Range</b>	<b>F</b>	<b>Persentase</b>
Rendah	$X < 33$	10	11%
Sedang	$33 \leq X < 44$	53	58.2%
Tinggi	$X \geq 44$	28	30.8 %

Tabel di atas menunjukkan responden yang termasuk dalam kategori rendah diperoleh presentase sebesar 11% dengan jumlah 10 mahasiswa, kategori sedang diperoleh presentase 58.2% dengan jumlah 53 mahasiswa, dan kategori tinggi dengan presentase sebesar 30.8% dengan jumlah 28 mahasiswa. Berikut diagram yang menunjukkan kategori tingkat *self efficacy* mahasiswa:

**Gambar 4.1 Diagram Hasil *Self Efficacy***



Berdasarkan diagram di atas, maka dapat disimpulkan bahwa tingkat *self efficacy* mahasiswa Psikologi angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dominan berada dalam kategori sedang yaitu 58.2% dengan jumlah 53 mahasiswa.

**b. Tingkat *Academic Resillience* Mahasiswa Psikologi Angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Malang**

Pengukuran *academic resillience* pada mahasiswa baru menggunakan skala berdasarkan aspek *academic resillience* menurut Martin & Marsh (2003: 11). Skala *academic resillience* terdiri dari 12 item dengan skor nilai 1-4. Skor hipotetik tertinggi (max) 48, skor terendah (min) 20 serta mean hipotetik 34. Berdasarkan hasil penelitian, skor empirik tertinggi (max) 48 skor terendah (min) 20 serta mean empirik 34.

**Tabel 4.9 Skor Hipotetik dan Empirik *academic resillience***

Variabel	Hipotetik				Empirik			
	Max	Min	Mean	Std	Max	Min	Mean	Std
<i>academic resillience</i>	48	20	34	4.6	48	12	30	6

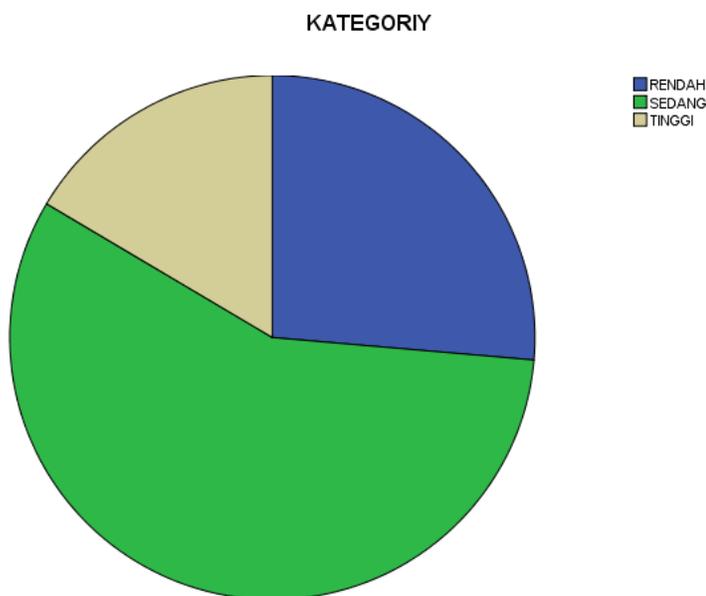
Kategorisasi tingkat *academic resillience* mahasiswa Psikologi angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang sebagai berikut:

**Tabel 4.10 Hasil Kategorisasi Data *academic resillience***

Kategori	Range	F	Persentase
Rendah	$X < 29$	24	26.4%
Sedang	$29 \leq X < 39$	52	57.1%
Tinggi	$X \geq 39$	15	16.5%

Tabel di atas menunjukkan responden yang termasuk dalam kategori rendah diperoleh presentase sebesar 26.4% dengan jumlah 24 mahasiswa, kategori sedang diperoleh presentase 57.1% dengan jumlah 52 mahasiswa, dan kategori tinggi dengan presentase sebesar 16.5% dengan jumlah 15 mahasiswa. Berikut diagram yang menunjukkan kategori tingkat *academic resilience* mahasiswa:

**Gambar 4.2 Diagram Hasil *academic resilience***



Berdasarkan diagram di atas, maka dapat disimpulkan bahwa tingkat *academic resilience* mahasiswa Psikologi angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dominan berada dalam kategori sedang yaitu 57.1% dengan jumlah 52 mahasiswa.

#### 4. Hasil Uji Hipotesis Pengaruh *Self Efficacy* terhadap *Academic Resilience*

##### Mahasiswa Psikologi Angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Malang

Uji hipotesis dilakukan untuk memperoleh informasi tentang ada atau tidaknya pengaruh *Self efficacy* dengan *Academic resilience* secara signifikan .

Uji hipotesis dilakukan dengan analisis regresi menggunakan *software SPSS 16.0 for windows*. Adapun berikut hasil uji hipotesis yang dipaparkan pada tabel berikut ini:

**Tabel 4.11 Uji F**

ANOVA <sup>b</sup>						
Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	3597.021	1	3597.021	3230.062	.000 <sup>a</sup>
	Residual	99.111	89	1.114		
	Total	3696.132	90			

a. Predictors: (Constant), SE  
b. Dependent Variable: AR

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi dalam uji F sebesar 0.000 sehingga dapat dinyatakan *self efficacy* memiliki pengaruh secara simultan yang signifikan terhadap *academic resilience* mahasiswa Psikologi angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, karena nilai Sig 0.000 > 0.05.

**Tabel 4.12 R Square**

<b>Model Summary<sup>b</sup></b>				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.987 <sup>a</sup>	.973	.973	1.055

a. Predictors: (Constant), SE  
b. Dependent Variable: AR

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan angka koefisien determinasi (R Square) sebesar 0.973 atau sama dengan 97.3%, artinya variabel *self efficacy* secara simultan berpengaruh terhadap variabel *academic resilience* sebesar 97.3%. Sedangkan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

**Tabel 4.13 Koefisien**

<b>Coefficients<sup>a</sup></b>						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	2.437	.715		3.408	.001
	SE	.995	.018	.987	56.834	.000

a. Dependent Variable: AR

Berdasarkan tabel koefisien di atas dapat diketahui besarnya angka *Standardized Coefficients (Beta)* adalah 0.987. Nilai presentase diperoleh dengan mengkuadratkan nilai *beta* dan dikalikan 100%, maka nilai presentase *beta* pada variabel *self efficacy* adalah 97%. Dapat disimpulkan bahwa variabel

*self efficacy* memiliki pengaruh positif terhadap *academic resillience* mahasiswa Psikologi angkatan 2020 Universitas Islam eNegri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Analisis aspek *self efficacy* meliputi *level*, *strength*, *generality* terhadap *academic resillience*. Analisis aspek memiliki tujuan agar memperoleh informasi besaran kontribusi masing-masing aspek *self efficacy* yang berpengaruh dengan variabel *academic resillience*. Hasil analisis dijelaskan pada tabel berikut:

**Tabel 4.14 Hasil Analisis Aspek *Self Efficacy* Terhadap *Academic Resillience***

<b>Aspek</b>	<b>Nilai Korelasi</b>
<i>Level</i>	0.617
<i>Strength</i>	0.479
<i>Generality</i>	0.598

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui hasil analisis aspek yang dilakukan melalui perhitungan korelasi masing-masing aspek menunjukkan aspek *level* memiliki nilai yang lebih besar daripada aspek lainnya dengan nilai 0.617 terhadap *academic resillience*.

### C. Pembahasan

#### 1. Tingkat *Self Efficacy* Mahasiswa Psikologi Angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Malang

Mahasiswa Psikologi angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang menjalani proses perkuliahan secara daring, disamping aktivitas perkuliahan mereka juga dituntut untuk mengikuti setiap kegiatan dari mahad yang merupakan kewajiban di tahun pertama kampus Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Mahasiswa di tahun pertama mengalami guncangan psikologis yang diakibatkan karena kurang mempunya menghadapi tuntutan serta perubahan dalam perkuliahan. Perlu dilakukan beberapa usaha agar tercapai hasil yang diharapkan, kepercayaan pada diri mahasiswa merupakan hal yang paling penting dalam mempengaruhi performa saat menjalani aktivitas perkuliahan. Mahasiswa dengan *self efficacy* yang tinggi akan lebih gigih dalam berusaha serta pantang menyerah walaupun dihadapkan pada bermacam-macam rintangan dan kesulitan (Sasmita & Rustika, 2015:282).

Hasil analisa data menunjukkan bahwa mahasiswa Psikologi angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dominan memiliki kemampuan *self efficacy* pada kategori sedang dengan presentase 58.2% dengan jumlah 53 mahasiswa. Tingkat *self efficacy* mahasiswa yang berada pada kategori tinggi sebesar 30.8% dengan jumlah 28 mahasiswa, dan mahasiswa yang memiliki tingkat *self effiacay* rendah diperoleh presentase

sebesar 11% dengan 10 mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa Psikologi angkatan 2020 memiliki kemampuan *self efficacy* yang cukup, kategori sedang dikatakan cukup buruk jika mahasiswa belum sepenuhnya mampu memiliki kepercayaan pada diri sendiri dalam menghadapi tantangan akademik seperti perubahan sistem pendidikan yang ditambah dengan penetapan metode pembelajaran daring.

Berdasarkan hasil analisis aspek terhadap tingkat *self efficacy* diperoleh aspek *level* memiliki pengaruh paling besar dengan koefisien 0.877. *Level* sebagai aspek memiliki penerapan pada tingkah laku yang dipilih serta berusaha menghindari pola tingkah laku yang dirasa ada di luar batas kompetensi yang dimiliki. Dimensi *level* dipengaruhi pengalamanyang pernah terjadi sebelumnya dalam mengatasi tugasnya, sehingga mempengaruhi perilaku yang akan dimunculkan oleh seseorang. Apabila seseorang pernah menyelesaikan tugas dengan tingkat kesulitan yang sama seperti sebelumnya maka seseorang akan cenderung memiliki kepercayaan yang kuat dalam menyelesaikan tugasnya. Tapi apabila seseorang mendapatkan tugas dengan taraf kesukaran yang berbeda atau cenderung diluar batas kemampuannya maka orang tersebut akan cenderung menghindar karena tidak yakin mampu untuk menyelesaikannya.

Indikator pada aspek *level* mahasiswa psikologi angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang ditunjukkan dengan memiliki perencanaan serta pengaturan diri dalam penyelesaian tugas online,

dan percaya mampu menghadapi tugas yang menekan. Mahasiswa menunjukkan kepercayaannya berupa membuat jadwal belajar kuliah online, meluangkan waktu untuk fokus belajar dan mengikuti perkuliahan online, mengatur waktu dengan tujuan tugas kuliah dapat dikumpulkan sesuai deadline serta membuat daftar tugas online yang akan diselesaikan. Pada penetapan metode pembelajaran online ini mahasiswa juga pernah mengalaminya di saat sekolah menengah atas semester dua, sehingga mahasiswa memiliki kepercayaan dalam menghadapi perkuliahan yang dilakukan secara online. Namun berbeda dengan taraf kesulitan tentang aktivitas akademik di sekolah menengah atas, saat di perkuliahan mahasiswa dihadapkan dengan jadwal kuliah serta mahad yang begitu banyak, tugas-tugas makalah dan presentasi yang belum pernah dialami saat di masa sekolah menengah atas. Sehingga mahasiswa psikologi angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang cukup mampu untuk mengatasi perubahan aktivitas akademik tersebut dengan kemampuan *self efficacy* yang ada pada dirinya.

Penelitian yang dilakukan oleh Asmarani (2017) menjelaskan bahwa mahasiswa tahun pertama di ma'had Sunan Ampel Al-Aly berada pada tingkat efikasi diri sedang dengan presentase sebesar 73% yang berjumlah 112 mahasiswa. Mahasiswa baru ma'had Sunan Ampel Al-Aly ditunjukkan dengan banyaknya mahasiswa yang gigih dalam mengikuti aktivitas mahad maupun PPBA, karena mereka tidak ingin mengulanginya di semester depan. Sesuai dengan pernyataan Bandura bahwa sekolah merupakan agen untuk mening-

katkan *self efficacy*, karena tugas sekolah mempengaruhi peningkatan kognitif dan penguasaan kemampuan. Mahasiswa berusaha mengikuti aktivitas dengan me-review kegiatan sehari-hari sehingga mahasiswa mampu mengikuti semua kegiatan akademik dengan teratur, perilaku ini termasuk dalam indikator aspek *strength*.

Penelitian oleh Sasmita dan Rustika menghasilkan tingkat *self efficacy* mahasiswa tahun pertama program studi pendidikan dokter memiliki *self efficacy* yang tinggi dengan presentase 64.2% yang berjumlah 88 mahasiswa. *Self efficacy* tinggi terbentuk dari keberhasilan mahasiswa lulus pada uji seleksi di fakultas terfavorit Universitas Udayana. Sesuai dengan Bandura (1997) yang menyatakan bahwa keberhasilan dari suatu pengalaman yang sukses menjadi dasar terbentuknya *Self efficacy* yang paling berpengaruh. Seseorang yang pernah menghadapi tantangan memberikan pembelajaran bagi individu untuk meningkatkan kegigihan serta usahanya.

## **2. Tingkat *Academic Resilience* Mahasiswa Psikologi Angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Malang**

Tantangan akademik yang dihadapi oleh mahasiswa Psikologi angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang di antaranya adalah merasakan kesulitan dalam perubahan aturan pendidikan dari SMA menuju bangku perkuliahan serta perubahan metode pembelajaran daring yang diterapkan. Mahasiswa Psikologi angkatan 2020 yang merupakan mahasiswa tahun pertama di kampus Universitas Islam Negeri Maulana

Malik Ibrahim Malang idealnya memiliki kemampuan untuk tangguh serta mampu bertahan dari kesulitan tersebut agar tetap sukses dan terhindar dari stress akademik, kemampuan tersebut disebut dengan *academic resillience*. *academic resillience* terjadi ketika mahasiswa memberdayakan kemampuan internal dan eksternal merespon peristiwa negatif yang menghambat proses belajar, sehingga dapat menyesuaikan diri dan menyelesaikan tanggung jawab akademik dengan baik (Boatman, 2014).

Hasil analisa data menunjukkan bahwa mahasiswa Psikologi angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dominan memiliki kemampuan *academic resillience* pada kategori sedang dengan presentase 57.1% dengan jumlah 52 mahasiswa. Tingkat *academic resillience* mahasiswa yang berada pada kategori tinggi sebesar 16.5% dengan jumlah 15 mahasiswa, dan mahasiswa yang memiliki tingkat *academic resillience* rendah diperoleh presentase sebesar 26.4% dengan 24 mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa Psikologi angkatan 2020 memiliki kemampuan *academic resillience* yang cukup, kategori sedang dikatakan cukup buruk jika mahasiswa belum sepenuhnya mampu memiliki ketahanan pada diri sendiri dalam menghadapi tantangan akademik seperti perubahan sistem pendidikan yang ditambah dengan penetapan metode pembelajaran daring.

*Self Belief (Confidence)* merupakan aspek *academic resillience* dengan koefisien sebesar 0.868 yang berarti memiliki pengaruh yang paling besar terhadap *academic resillience* mahasiswa Psikologi angkatan 2020 Universi-

tas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Aspek *Self Belief (Confidence)* merupakan suatu sikap percaya terhadap diri sendiri yang mana hal tersebut dimunculkan oleh individu sebagai bentuk pemahaman diri dalam melakukan pekerjaan sekolah, beradaptasi dengan tantangan-tantangan yang dihadapi, serta melakukan semua pekerjaan dengan segenap kemampuan yang dimiliki (Martin & Marsh, 2003:11).

Mahasiswa yang memiliki karakteristik *Self Belief* ditunjukkan dengan indikator mampu menghadapi ujian dan tugas dengan baik. perilaku yang dimunculkan oleh *Self Belief* adalah mahasiswa memiliki keyakinan pada kemampuan diridalam menghadapi ujian meskipun mempelajari materi secara online, mahasiswa dapat menyelesaikan tugas-tugas online serta mengikuti kegiatan-kegiatan yang diprogramkan oleh ma'had Sunan Ampel Al-Aly seperi Shobahul Lughoh, Ta'lim Afkar, serta Ta'lim Al-Qur'an dan lain-lainnya.

*Low Anxiety (Composure)* sebagai aspek dengan pengaruh paling kecil terhadap tingkat *academic resillience* mahasiswa Psikologi angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dengan koefisien sebesar 0.702. *Low Anxiety (Composure)* disebutkan sebagai bentuk rasa takut seseorang saat dirinya tidak melakukan tugasnya dengan baik dan bentuk rasa ketidak mudahan seseorang ketika mendapatkan sebuah tugas dengan memikirkan dan memandang tugas tersebut. Dengan adanya *Low*

*Anxiety* seseorang akan mampu menekan sisi negatifnya serta mengerjakan tugasnya dengan sikap yang nyaman, tenang, dan terkendali. Pada mahasiswa *Low Anxiety (Composure)* mengindikasikan perasaan gugup serta khawatir terhadap kemungkinan buruk dari keberhasilan seperti khawatir terhadap nilai yang buruk serta perasaan takut atas kritikan yang diberikan oleh para dosen pada tugas yang dikerjakan dan cenderung akan mudah merasa putus asa.

Penelitian yang dilakukan oleh Maria, Haniang (2017) pada mahasiswa jurusan Pendidikan Dokter Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang menunjukkan tingkat *academic resillience* dalam menghadapi rintangan ma'had maupun kampus berada pada kategori sedang dengan presentase 79.60%. mahasiswa belum sepenuhnya mampu menghadapi tantangan kewajiban maupun tugas dari dosen maupun ma'had. Mahasiswa menunjukkan ketidak sanggupannya walau sebenarnya mereka mampu menyelesaikan tugasnya, hal ini membuat mereka mencari zona nyaman yang mengakibatkan kurangnya rasa tertantang. Hal ini sesuai dengan apa yang dinyatakan oleh Tumanggor & Dariyo (2015) bahwa mahasiswa dengan *academic resillience* yang tinggi akan merasa tertantang dan berusaha menyelesaikan tugas dan kewajiban yang diberikan untuk membuktikan bahwa dirinya seorang pelajar aktif di bidang akademik.

Penelitian oleh Harahap & Harahap (2020) tentang *academic resillience* pada mahasiswa di masa pandemi covid-19 menunjukkan hasil tingkat *academic resillience* berada pada kategori tinggi dengan nilai presentase 63.12% berjumlah 202 mahasiswa. Mahasiswa dengan *academic resillience* yang tinggi mampu untuk bertahan dalam tekanan serta memiliki *problem solving* terhadap permasalahan akademik di tengah masa pandemi, sedangkan mahasiswa dengan *academic resillience* yang rendah akan merasa cemas, takut, serta menghindari dari kesulitan karena hal tersebut akan berdampak negatif pada eksistensi dirinya. Adanya *academic resillience* akan berdampak terhadap perubahan kegagalan menjadi kesuksesan, ketidak berdayaan menjadi kekuatan, serta permasalahan menjadi tantangan (Wahidah, 2018).

### **3. Pengaruh *Self Efficacy* terhadap *Academic Resillience* Mahasiswa Psikologi Angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Malang**

Berdasarkan hasil analisis data dapat diketahui bahwa nilai signifikansi dalam uji F sebesar 0.000 sehingga dapat dinyatakan *self efficacy* memiliki pengaruh secara simultan yang signifikan terhadap *academic resillience* mahasiswa Psikologi angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, karena nilai Sig 0.000 > 0.05. Besarnya angka *Standardized Coefficients (Beta)* adalah 0.987. Nilai presentase diperoleh dengan mengkuadratkan nilai *beta* dan dikalikan 100%, maka nilai presentase *beta* pada variabel *self efficacy* adalah 97%. Dapat disimpulkan bahwa variabel *self*

*efficacy* memiliki pengaruh positif terhadap *academic resillience* mahasiswa Psikologi angkatan 2020 Universitas Islam Negri Maulana Malik Ibrahim Malang. Angka koefisien determinasi (R Square) sebesar 0.973 atau sama dengan 97.3%, artinya variabel *self efficacy* secara simultan berpengaruh terhadap variabel *academic resillience* sebesar 97.3%. Sedangkan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini, antara lain: dukungan teman sebaya (Sari & Indrawati, 2016 : 177), bersyukur (Utami, 2020: 17), konsep diri, harga diri, kemampuan kognitif, serta kompetensi sosial (Everall dkk, 2006), *school engagement, social support, and locus of control* (Satyaningrum, 2019: 1), dan kecerdasan spritual (Meiranti, 2020: 78).

Mahasiswa Psikologi angkatan 2020 yang masuk dalam masa-masa tahun pertama di perguruan tinggi merasakan beban dengan adanya metode pembelajaran yang ditetapkan secara daring. Kesulitan yang dirasakan seperti tidak lancarnya sinyal saat melaksanakan perkuliahan, gangguan dirumah seperti suara bising dari keluarga atau jalanan tidak sama halnya ketika belajar dikelas dengan sarana yang mendukung serta kesulitan dalam memahami materi baru tentang psikologi yang belum pernah diperoleh sebelumnya. Mahasiswa baru sebenarnya sudah pernah merasakan kesulitan ini sejak Maret 2020 ketika mereka berada di akhir masa sekolah menengah atas. Pengalaman pribadi dalam menghadapi kesulitan pembelajaran yang dilakukan secara online menjadikan mahasiswa memiliki keyakinan yang sama dalam menghadapi kesulitan ini. Tingkat kepercayaan mahasiswa baru dalam

menghadapi perkuliahan online mempengaruhi secara langsung kinerja dan kegigihan dalam pembelajarn sehingga hal ini mempermudah dirinya dalam mencapai keberhasilan serta kesuksesan dibidang akademik. Mahasiswa memiliki kendali atas performa yang akan dimunculkannya pada kesulitan yang sedang dihadapi berdasarkan pengalaman yang pernah dilalui. Sesuai dengan yang dinyatakan oleh Schunk (1989) individu yang sering berlatih serta tekun di suatu bidang, maka dapat meningkatkan kepercayaan pada kemampuan dirinya.

Kekuatan (*strength*) tentang kepercayaan mahasiswa dalam menghadapi perubahan situasi serta kondisi akdemik perkuliahan berbeda beda pada setiap mahasiswa. Mahasiswa baru dengan kekuatan kepercayaan yang baik tidak akan mudah digoyahkan dengan kesulitan atau pengalaman yang memperlemahnya dan justru akan merasa semakin tertantang dalam menghadapinya. Berbeda dengan mahasiswa dengan kepercayaan yang rendah, mereka mudah tergoyahkan dengan situasi yang ada. Menurut Pintrich dan Scunk (1996) keyakinan akan kompetensi tersebut akan memperkuat dan memperpanjang motivasi dan keinginan untuk selalu belajar dan mengembangkan diri. Motivasi yang kuat untuk tetap berprestasi adalah ciri siswa resilient secara akademis menurut Alva (dalam Martin & Marsh, 2006). Mahasiswa dengan kepercayaan yang kuat ketika dihadapkan dengan tugas pembuatan makalah atau presentasi serta kegiatan mahad yang merupakan hal baru,

akan mampu mengarahkan diri mereka sehingga tidak akan mudah putus asa dan mencari solusi yang akan dipilih. Kemampuan pemilihan solusi membuat mahasiswa baru menjadi terus berkembang dan tidak terpaku pada kesulitan yang ada. Contoh dari pencarian bantuan mahasiswa Psikologi angkatan 2020 ialah mencari materi di jurnal secara online, membeli buku sendiri secara online karena tidak bisa meminjam buku diperpustakaan Universitas, dan bertanya langsung pada dosen atau teman. Bantuan teman dan kerja sama yang baik dalam pengerjaan tugas perkuliahan maupun tugas ma'had akan saling menguatkan kegigihan serta komitmen yang kuat satu sama lain.

Ketangguhan mahasiswa Psikologi angkatan 2020 dalam menghadapi kesulitan dipengaruhi oleh faktor lingkungan yang berupa sikap keluarga dirumah, dukungan teman sebaya ketika sama sama mengerjakan tugas online, lingkungan fisik yang dapat mengganggu proses perkuliahan, serta respon lainnya yang diberikan oleh orang sekitar seperti berupa pengharapan tinggi yang biasanya dimunculkan oleh orang tua ketika dirumah, serta persuasi sosial yang juga dapat berpengaruh pada kepercayaan individu. Pengharapan tinggi diberikan oleh orang tua dan persuasi sosial dari teman berupa kalimat positif yang membangun menjadikan motivasi serta meningkatkan kepercayaan mahasiswa. Pengharapan tinggi mengandung pesanpesan tentang usaha maksimal, keyakinan tentang masa depan, dan penghargaan akan keberhasilan. Secara umum pengharapan tinggi dari lingkungan berpengaruh terhadap resiliensi remaja miskin, seperti hasil penelitian oleh Alimi (2005).

Hasil penelitian oleh Hartuti & Mangunsong (2009) yang menunjukkan *self efficacy* memiliki pengaruh yang paling tinggi terhadap *academic resilience* sebagai faktor dari *academic resilience* pada pelajar yang menerima bantuan khusus murid miskin. *Self Efficacy* menjadikan kepercayaan siswa menjadi lebih kuat sehingga memunculkan motivasi untuk berprestasi, yang mana hal ini termasuk kedalam ciri siswa dengan karakteristik resilien. *Self efficacy* ditemukan memiliki hubungan dalam peningkatan resiliensi (Chemers, dkk.; Pajares; dalam Keye dan Pidgeon, 2013). Berbagai penelitian juga menunjukkan bahwa *self efficacy* atau *academic self efficacy* berhubungan erat dengan resiliensi. Salah satu penelitian mengenai *self efficacy* dan resiliensi adalah penelitian yang dilakukan oleh Yendork dan Somhlaba (2015) pada 200 anak di Accra, Ghana yang terdiri dari 100 anak yatim piatu yang tinggal di panti asuhan dan 100 anak bukan yatim piatu. Penelitian tersebut menunjukkan hasil korelasi positif yang signifikan antara *self efficacy* dengan resiliensi pada kedua grup (yatim piatu dan bukan yatim piatu). Koefisien korelasi pada grup anak yatim piatu ditunjukkan dengan ( $r = 0,66$  dan  $p < 0,001$ ), sedangkan pada grup bukan yatim piatu ( $r = 0,59$  dan  $p < 0,001$ ). Semakin tinggi *self efficacy* yang dimiliki anak-anak dalam kedua grup tersebut, maka akan semakin tinggi pula resiliensi mereka.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil peneliian dan analisa data pada bab sebelumnya, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat *self efficacy* mahasiswa psikologi angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dominan pada kategori sedang dengan presentase 58.2% dengan jumlah 53 mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa psikologi angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang cukup memiliki kepercayaan terhadap kemampuan dirinya sendiri dalam menghadapi perubahan sistem pendidikan yang ditambah dengan penetapan metode pembelajaran daring seperti saat ini.
2. Tingkat *academic resillience* mahasiswa Psikologi angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dominan berada pada kategori sedang dengan presentase 57.1% dengan jumlah 52 mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa Psikologi angkatan 2020 cukup tangguh dalam menghadapi tantangan akademik seperti padatnya jadwal perkuliahan,tugas-tugas yang diberikan oleh para dosen, serta penyesuaian diri dengan situasi akademik yang ditetapkan dengan metode pembelajaran daring.

3. Berdasarkan uji regresi diperoleh koefisien determinasi (R Square) sebesar 0.973 atau sama dengan 97.3%, artinya variabel *self efficacy* secara simultan berpengaruh terhadap variabel *academic resillience* sebesar 97.3%. Sedangkan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Adanya pengaruh yang signifikan *self efficacy* terhadap *academic resilience* mahasiswa Psikologi angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang menunjukkan bahwa semakin tinggi *self efficacy* maka semakin tinggi pula *academic resilience*, begitu pula sebaliknya, sehingga Ha dinyatakan diterima.

## **B. Saran**

Berdasarkan pelaksanaan penelitian, dapat dilakukan beberapa saran yang berkaitan dengan hasil dari penelitian ini, antara lain:

1. Bagi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Bagi Fakultas Psikologi sebagai pihak lembaga diharapkan untuk dapat memperhatikan mahasiswa dengan *Self Efficacy* rendah, dengan tujuan dapat menghasilkan lulusan mahasiswa dengan kualitas yang terbaik dan menghasilkan mahasiswa berprestasi. Untuk meningkatkan *self efficacy*, pihak Fakultas dapat melakukan pemberian pelatihan mengenai *self efficacy*. Untuk meningkatkan *academi resillience* pihak fakultas dapat melakukan pelatihan mengenai

ketenangan serta meredakan kekhawtiran terkait proses perkuliahan, sehingga mahasiswa mampu fokus dalam menyelesaikan setiap tuntutan akademik.

## 2. Bagi Mahasiswa

Bagi mahasiswa dapat meningkatkan *self efficacy*-nya dengan cara menghadapi permasalahan dengan tenang agar dapat lebih fokus dalam pembelajaran dan keberhasilan dalam penyelesaian tugas mampu meningkatkan kepercayaan diri dalam menyelesaikan tugas-tugas berikutnya, menemukan teman belajar yang mampu memberikan support dalam pembelajaran dan setiap kegiatan akademik (persuasi sosial), dapat mengetahui cara untuk memunculkan emosi positif karena jika tingkat ransangan negatif yang datang itu tinggi maka hal yang terjadi adalah semakin rendahnya *self efficacy*.

## 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti yang ingin meneliti pengaruh *self efficacy* terhadap *academic resilience* pada kalangan mahasiswa, disarankan untuk menambah jumlah responden, serta memperhatikan tantangan akademik lainnya seperti prekonomian yang rendah, akses belajar yang terbatas, dan juga menambah variabel lainnya seperti dukungan teman sebaya, bersyukur, konsep diri, harga diri, kemampuan kognitif, serta kompetensi sosial, *school engagement*, *social support*, and *locus of control*, dan kecerdasan spritual. Selain itu peneliti disarankan untuk menggunakan metode eksperimen agar *soft skill* dapat berkembang dengan baik pada mahasiswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. (2009). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Amelia, S., Asni, E., Chairilisyah, D. (2014). Gambaran Ketangguhan Diri (Resiliensi) Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau . *Jom FK Vol 1.02*, 1-9.
- Andraini, D. P. (2019). Metode Sampling. *debrina.lecture*, 1-36.
- Anggreini, O. D., Wahyuni, E. N., Soejanto, L. T. (2017). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Resiliensi Menghadapi Ujian Pada Siswa Kelas XII SMAN 1 Trawas . *Jurnal Konseling Indonesia vol 2 no 2*, 50-56.
- Arikunto, S. (2015). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asmawi, M. R. (2005). Strategi Meningkatkan Lulusan Bermutu di Perguruan Tinggi. *Makara Sosial Humaniora, Vol 9,02*, 66-71.
- Asriandari, E. (2015). Resiliensi Remaja Korban Perceraian Orang Tua . *Jurnal Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta vol 2102*, 15-30.
- Astini, N. K. (2020). Tantangan dan Peluang Pemanfaatan Teknologi Informasi dalam Pembelajaran Online Masa Covid-19. *Cetta: Jurnal Ilmu Pendidikan vol 3 no 2*, 241-255.
- Azwar, S. (2010 ). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2011). *Sikap dan Perilaku Dalam: Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2015). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.

- Bandura. (1997). *Self Efficacy The Exercise of Control*. New York: W.H Freeman and Company.
- Barlian, E. (. (2016). *Metodelogi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. Padang: Sukabina Press.
- Benard, B. (1991). Protective Factors in the Family, School, and Community. . *Portland OR: Western Center for Drug-Free Schools and Communities.*, 1-32.
- Bernard, B. (193). Postering Reseliency In Kids . *Educ. Leadersh*, 44-48.
- Boatman, M. (2014). *Academically Resilient Minority Doctoral Students Who Experienced Poverty and Parental Substance Abuse*. Minnesota: Walden University.
- Cahyani, A., Listiana, I. D., Larasati, S. P. D. (2020). Motivasi Belajar Siswa SMA Pada Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19. *IKI (Ilmu Al-Qur'an): Jurnal Pendidikan Islam vol 3 no 1*, 123-140.
- Cassidy, S. (2015). *Resilience building in students : the role of academic self efficacy*. Manchester: University Of Salford Manchester.
- Chasanah, D. U. (2019). *Hubungan Antara Strategi Self Regulatd Learning Dengan Resilinsi Akademik pada Mahasiswa Kelas Sore Program Studi Teknik Informatika dan Teknik Elektro Universitas Muhammadiyah Gresik Yang Bekerja* . Gresik: Universitas Muhammadiyah Gresik.
- Connor, K.M., Davidson, J. R. T. (2003). Development Of A New Resilience Scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-). *Depression And Anxiety*, 76-82.
- Feist & Feist. (2011). *Teori Kepribadian Edisi 7*. Jakarta: Salemba Humanika .

- Fitzgerald, M. A. (2004). Making the Leap from High School to College. *Knowledge Quest* vol 32.04, 19-23.
- Geste, A. J. (2010). *Urban Elementary Teacher Negotiation of School Culture and the Foatring if Educational Resilience*. Charlotte: University of North Carolina at Charlotte.
- Ghufron M. Nur & Risnawati Rini S. (2011). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Grotberg, E. (1995). A guide to promoting resilience in children: Strengthenig the human spirit. *The International Resilience Project ISBN 90-6195-038-4*.
- Gunarsa, S. D. & Gunarsa, Y. (1995). *Psikologi Praktis: Anak, Remaja, dan Keluarga*. Jakarta: BPK Gunung Mulya.
- Hartutri & Mangunsong, F. M. (2009). Pengaruh Faktor Faktor Protektif Internal dan Eksternal Pada Resiliensi Akademis Siswa Penerima Bantuan Khusus Murid Miskin (BKMM) di SMA Negeri Di Depok. *Jurnal Psikologi Indonesia, Vol VI, No. 2, ISSN. 0853-3098, 107-119*.
- Henderson, Nan. & Milstein, M. M. (2003). *Resilience in School*. California: Corwin Press, Inc.
- Herlina, V. (2019). *Panduan Praktis Mengolah data Kuisisioner Menggunakan SPSS*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Hurlock, E. B. (1996). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- ijayanto, A. (2008). *Analisis Regresi Liniear Sederhana*. Semarang: Eprints. Undip. acid.

- Jackson, R & Watkin, C. (2004). The Resilience Inventory: Seven Essential Skill for Overcoming Life's Obstacles and Determining Happiness . *Selection & Development Review vol 20 no 6*, 13-17.
- Jowkar, Bahram., Kojuri, Javad., Kohoulat, Naeimeh., Hayat, A. A. (2014). Academic Resilience in Education: The Role of Achievement Goal Orientation. . *Journal of Advances In Medical Education & Professionalism, Vol 2 No 1*, 33-38.
- Keye, M. B. & Pidgeon, A. M. (2013). An Investigation of the Relationship Between Resilience, Mindfulness, and Academic Self Efficacy. *Open Journal of Social Sciences vol 1 no 6*, 1-4.
- Lazarus, R. (1974). Psychological Stress and Coping I Adaption and Illness. *Journal Psychiatry in Medicine*, 321-333.
- Marat, S., Idulfilastri, R. T., Dewi, F. I. R. & Bahiyah, S. (2019). Perbedaan Faktor Risiko Resiliensi Pada Tingkat Siswa SMP, SMA dan Mahasiswa Politeknik (Studi Kasus Pada Sekolah di Jakarta, Jawa Tengah dan Jawa Timur)). *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni Vol. 3, No. 2,*, 575-582.
- Martin, A. a. (2003). Academic Resilience and the Four Cs: Confidence, Control, Composure, and Commitment. *Self-concept Enhancement and Learning Facilitation Research Centre*, 1-13.
- Martin, A.J. & Marsh, H.W. (2006). ACADEMIC RESILIENCE AND ITS PSYCHOLOGICAL AND EDUCATIONAL CORRELATES: A CONSTRUCT VALIDITY APPROACH. *Psychology in the School*, 267-281.
- Martin, A.J. & Marsh, H.W. (2009). Academic resilience and academic buoyancy: multidimensional and hierarchical conceptual framing of causes, correlates and cognate constructs. *Oxford Review of Education*, 353-370.

- Masten, A. S., & Coatsworth, J. D. (1998). The Development of Competence In Favorable and Unfavorable Environments: Lessons from Research On Successful Children. *American Psychologist vol 53 no 2*, 205-220.
- Megawanti, P., Megawati, E., Nur Khafifah, S. (2020). Persepsi Peserta Didik Terhadap PJJ Pada Masa Pandemi Covid-19. *Faktor Jurnal Ilmiah Kependidikan vol 7*, 75-82.
- Meilani. (2015). *Pengaruh Interaksi Guru dan Siswa Dalam Pembelajaran dan Fasilitas Belajar Terhadap Prestasi Belajar Ekonomi Pada Siswa Kelas XII IPS SMA Negeri 3 Klaten Tahun Ajaran 2014-2015*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta, Fakultas Keguruan dan Pendidikan.
- Mojdegan, S., Moghidi, F& Ahghar, Q. (2013). Studi of the Relationship Between Heppiness and Self Efficacy with Self Resilience of Presschool Teacher In Tehran. *Applied Science Report vol 2 no 1*, 10-16.
- Mulya, H. A. & Indrawati, E. S. (2016). Huungan Antara Motivasi Berprestasi dengan Stress Akademik pada Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang . *Jurnal Empati vol 5 (2)*, 296-302.
- Mulyadi, M. (. (2011). Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif Serta Pemikiran Dasar Menggabungkannya. *Jurnal Studi Komunikasi dan Media Vol. 15 No. 1 (Januari-Juni 2011)*, 127.
- Mustafa, R. F., Nabilla, A., Suharsono. (2019). Corelation of Learning Motivation with Self Regulated Learning SMA Negeri 1 Tasikmalaya City. *International Journal for Educational and Vocational Studies vol 1.06*, 647-650.
- Myers, G. D. (2012). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Novikasari, I. (2016). *Uji Validitas Instrumen*. Purwokerto: Institut Agama Islam Negeri Purwokerto.

- Owusu-fordjour,C., Koomson, C. K.,Hanson, D. (2020). The Impact of Covid-19 On Learning the Perspesktive of the Ghanaian Student. *European Journal Of Education Studies*.
- Oyoo, S. (2018). Academic Resilience as a Predictor of Academic Burnout among Form Four Students in Homa-Bay County, Kenya. *International Journal of Education and Research*, 187-200.
- Priyon. (2008). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Sidoarjo: Zifatama Publishing.
- Priyono. (2008). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Sidoarjo: Zifatama Publishing.
- Pujihastuti, I. (. (2010). Prinsip Penulisan Kuesioner Penelitian. *Jurnal Agribisnis dan Pengembangan Wilayah Vol. 2 No 1*, 43-56.
- Putri, A. F. (2019). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling* , 35-40.
- Rahayu, Minto. (2007). *Bahasa Indonesia Di Perguruan Tinggi Mata Kuliah Pengembangan Kepribadian*. Jakarta: Gramedia.
- Reivich, K & Shatte, A. (2002). *The Resilince Factor: 7 Esencil Skill for Overcoming Life's Invtiable Obstacles*. New York: Brodway Book.
- Riahi, M., Mohammadi, N., Norozi, R., & Malekitabar, M. (2015). The Study of the Relationship Between Academic Self Efficacy and Resilience In High School Student. *Academic Journal of PSsychological Studies vol 4 no 3*, 59-65.
- Rojas, L. (2015). Factors Affecting Academic Resilience in Middle School Students: A Case Study. *Gist Education and Learning Research Journal*, 63-78.
- Rouse, K. A. (2001). Resilient Students Goals and Motivation. *Journal of Adolescence vol 24 doi: 10.1006*, 461-472.

- Sagone, Elisabetta, & Caroli, M. E. (2013). Relationship Between Resilience, Self Efficacy, and Thinking Styles In Italian Midle Adolescent. *Social and Behavioral Sciences vol 92* , 838-845.
- Santrock, J. W. (2011). *Life Span Development (Perkembangan Masa Hidup)*. Jakarta: Erlangga.
- Sari, D. A., & Wulandari, D. A. (2015). Resiliensi Diri Dalam Menghadapi Tekanan Kehidupan (Studi Pada Istri Anggota TNI Angkatan Darat). *Psychoidea, vol13 no 1*, 12-19.
- Sarmanu. (2017). *Dasar Metodologi Penelitian (Kuantitatif, Kualitatif, dan Statistika)*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Sasmita, I. A. G. H. D. & Rustika, I. M. (2015). Peran Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Tahun Pertama Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana . *Juranl Psikologi Udayana vol 2.02*, 280289.
- Sugiyono. (20017). *Metode Penelitian Administrasi*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kuantitatif dan R&D*. Bandung: PT. Alfabet.
- Sukoco, A. S. (2014). Hubungan Sense of Humor dengan Stress pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi. *Calypra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya vol 3 no 1*, 1-10.
- Syahrum & Salim. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Citapustaka.
- Wahidah. (2018). Resiliensi Akademik Perspektif Psikologi Islam. *Proceeding National Conference Psikologi UGM*.

- Waxman, H. C., Gray, J. P., Padron, Y. N. (2003). *Review of Research On Educational Resilience*. California: Center for Research On Education Difersity and Excellence.
- Yendork, J. S. & Somhlaba, N. Z. (2015). Do Social Support, Self Efficacy and Resilience Influence the Experience of Stress in Ghanaian Orphass? An Exploratory Study . *Article vol 21 no 2*, 140-159.
- Yusup, F. (2018). Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian Kuantitatif. *Jurnal Tarbiyah: Jurnal Ilmiah Kependidikan Vol. 7 No. 1*, 17-23.
- Zhafira, Hilmy, N., Ertika, Y., CHairiyaton. (2020). Persepsi Mahasiswa Terhadap Perkuliahan Daring Sebagai Sarana Pembelajaran Selama Masa Karantina Covid-19 . *Jurnal Bisnis dan Kajian Strategi Manajemen vol 4 no 1*, 2614-2147.

# LAMPIRAN

## LAMPIRAN I

## BUKTI KONSULTASI

## BUKTI KONSULTASI

Nama : Mukhammad Sakdullah  
 NIM : 17410110  
 Dosen Pembimbing : Drs. Zainul Arifin, M.Ag  
 Judul Penelitian : Pengaruh *Self Efficacy* Terhadap *Academic Resilience* Pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

No	Waktu	Materi Konsultasi	Tanda Tangan
1.	9 Februari 2021	Konsultasi Proposal Penelitian	1. 
2.	18 Februari 2021	Revisi Proposal Penelitian	2. 
3.	26 Februari 2021	Konsultasi BAB I	3. 
4.	2 Maret 2021	Revisi BAB I	4. 
5.	10 Maret 2021	Konsultasi Perspektif Islam	5. 
6.	26 Maret 2021	Revisi Perspektif Islam	6. 
7.	5 April 2021	Konsultasi Alat Ukur	7. 
8.	13 April 2021	Revisi Alat Ukur	8. 
9.	22 April 2021	Konsultasi BAB II & III	9. 
10.	27 April 2021	Revisi BAB II & III	10. 
11.	9 Juni 2021	Konsultasi BAB IV	11. 
12.	14 Juni 2021	Konsultasi BAB IV & V	12. 
13.	18 Juni 2021	Revisi BAB V & Abstrak	13. 

Malang, 18 Juni 2021

  
 Drs. Zainul Arifin, M. Ag  
 NIP. 196506061994031003

**LAMPIRAN II**  
**SKALA PENELITIAN**

**1. Skala *Self Efficacy***

No	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Saya malas mendengarkan materi kuliah yang disampaikan dosen.				
2.	Saya dapat meluangkan waktu untuk fokus belajar dan kuliah online.				
3.	Saya malas membuat jadwal belajar kuliah online.				
4.	Meskipun pembelajaran online, saya yakin dapat menghadapinya.				
5.	Saya mengulangi materi pelajaran menjelang ujian.				
6.	Saya yakin mendapatkan IP yang memuaskan.				
7.	Saya gagal mengatur waktu, sehingga tugas kuliah terlambat dikumpulkan.				
8.	Saya membuat daftar tugas online yang akan diselesaikan.				
9.	Saya mengerjakan tugas online tanpa menyontek ke teman.				
10.	Saya takut gagal menyelesaikan tugas kuliah online.				
11.	Saya mencari referensi lain jika merasa bingung dengan materi kuliah online.				
12.	Saya mencatat materi yang disampaikan dosen dalam kuliah online.				
13.	Saya kesulitan menyelesaikan tugas karena online terbatasnya fasilitas.				
14.	Saya mampu menyelesaikan tugas kuliah online dengan baik.				
15.	Saya mencontek pekerjaan teman dalam mengerjakan tugas online.				

## 2. Skala *Academic Resilience*

No	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Walapun belajar materi pelajaran secara online, tapi saya yakin mampu menghadapi ujian.				
2.	Ketika saya mulai stress karena tugas, saya mampu mengatasinya dengan baik.				
3.	Apabila saya gagal dalam memahami pelajaran secara online, saya akan bangkit dan berusaha untuk berhasil.				
4.	Saya mampu menyelesaikan tugas-tugas online yang diberikan.				
5.	Apabila saya gagal dalam ujian, saya tetap bersemangat.				
6.	Ketika kesulitan dengan media belajar, saya mencari cara lain untuk tetap berhasil.				
7.	Saya merasa ragu untuk berhasil menggunakan metode belajar secara online.				
8.	Ketika kesulitan dalam belajar online, saya memilih untuk tidak belajar.				
9.	Saya merasa khawatir mendapatkann nilai buruk				
10.	Saya cukup jenuh dan malas untuk belajar secara online.				
11.	Saya mampu untuk tetap tenang dengan tugas online yang menumpuk.				
12.	Saya merasa takut ketika dosen mengkritik tugas saya.				

### LAMPIRAN III

#### LEMBAR *EXPERT JUDGEMENT*

#### 1. Lembar Penilain Untuk Skala Penelitian Oleh Ahli Pertama

Nama Validator : Novia Solichah, M.Psi

Tanggal penilaian : 12-02-2021

Nama/NIM : Mukhammad Sakdullah / 17410110

Nama Pembimbing: Drs. Zainul Arifin, M.Ag

##### A. Judul penelitian

” Pengaruh *Self Efficacy* terhadap *Academic Resilience* mahasiswa angkatan 2020 Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang”

##### B. Definisi Operasional

###### 1. *Self Efficacy*

*Self Efficacy* merupakan indikator positif berupa perasaan percaya terhadap kompetensi yang dimiliki disertai adanya pemahaman dalam diri untuk tetap percaya dan optimis dalam melaksanakan tanggung jawab.

###### 2. *Academic Resilience*

*Academic Resilience* merupakan Kompetensi untuk tetap berdiri tegak dengan kemandirian serta kematangan dalam berpikir dan juga kedewasaan *problem solving* dalam menghadapi tantangan akademik, rintangan-rintangan akademik setiap mahasiswa angkatan 2020 fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

##### C. Skala *Self Efficacy*

Bandura (dalam Ghufroon, 2011 : 80), *Self efficacy* memiliki beberapa aspek di dalamnya, antara lain:

1. *Level* merupakan macam-macam kesulitan serta tantangan pada tugas yang dibebankan, dan aspek ini terlihat saat individu mempunyai keyakinan untuk mampu menyelesaikan tugasnya.
2. *Strength* merupakan pengharapan serta keyakinan individu atas kompetensi yang dimiliki. Tingkat pengharapan yang cenderung lemah akan mudah tergoyahkan oleh pengalaman buruk yang kurang mendukung.

3. *Generality* merupakan aspek ini berkaitan dengan luasnya bidang dalam pola tingkah laku atas keyakinan pada kompetensi yang dimiliki.

#### D. Skala *Academic Resilience*

Martin & Marsh (2003:11) menjelaskan *Academic Resilience* memiliki empat (4) aspek, antara lain:

1. *Self Belief (Confidence)* merupakan suatu sikap percaya terhadap diri sendiri yang dimunculkan sebagai pemahaman diri dalam bertugas, dan menghadapi tantangan
2. *A Sense of Control* merupakan *Individual Abilities* atau kemampuan individu yang sangat penting dalam mengatur setiap dorongan yang muncul dalam diri seseorang.
3. *Low Anxiety (Composure)* memiliki dua bagian yaitu khawatir dan merasa cemas. Khawatir karena rasa takut tidak melakukan tugas dengan baik. dan cemas karena rasa ketidak mudahan dalam memandang tugas yang diberikan.
4. *Persistence (Commitment)* merupakan kemampuan yang dimunculkan dalam memahami dan mencari jalan keluar atas masalah yang sedang terjadi.

#### E. Petunjuk pengisian

1. Mohon Bapak/Ibu untuk membaca dengan teliti dan benar
2. Silahkan berikan tanda silang (X) pada kolom penilaian dengan pendapat bapak/Ibu
3. Penilaian yakni:  
1= Relevan  
2= Kurang relevan  
3= Tidak Relevan

**Blue Print Skala *Self Efficacy***

Aspek	Indikator	Item		Jumlah Item
		F	UF	
Level	Perencanaan dan pengaturan diri dalam penyelesaian tugas	8	3,7	5
	Percaya mampu menghadapi tugas yang menekan	14,2		
Strength	Berupaya dalam penyelesaian tugas	9, 12	1, 15	5

	Bersungguh-sungguh untuk mempelajari materi kuliah dalam menghadapi ujian	5		
<i>Generality</i>	Dapat mengatasi bermacam-macam situasi yang menantang dalam pembelajaran	4, 11, 6	10, 13	5
<b>Total</b>				15

No	Pernyataan	Penilaian			
		1	2	3	Saran
1.	Saya malas mendengarkan materi kuliah yang disampaikan dosen.	√			
2.	Saya dapat meluangkan waktu untuk fokus belajar dan kuliah online.	√			
3.	Saya malas membuat jadwal belajar kuliah online.	√			
4.	Meskipun pembelajaran online, saya yakin dapat menghadapinya.	√			
5.	Saya mengulangi materi pelajaran menjelang ujian.	√			
6.	Saya yakin mendapatkan IP yang memuaskan.	√			
7.	Saya gagal mengatur waktu, sehingga tugas kuliah terlambat dikumpulkan.	√			
8.	Saya membuat daftar tugas online yang akan diselesaikan.	√			
9.	Saya mengerjakan tugas online tanpa menyontek ke teman.	√			
10.	Saya takut gagal menyelesaikan tugas kuliah online.	√			
11.	Saya mencari referensi lain jika merasa bingung dengan materi kuliah online.	√			
12.	Saya mencatat materi yang disampaikan dosen dalam	√			

	kuliah online.				
13.	Saya kesulitan menyelesaikan tugas karena online terbatasnya fasilitas.	√			
14	Saya mampu menyelesaikan tugas kuliah online dengan baik.	√			
15.	Saya mencontek pekerjaan teman dalam mengerjakan tugas online.	√			

### Blueprint Penelitian Skala *Academic Resilience*

No.	Aspek	Indikator	item		Jumlah
			F	UF	
1	<i>Self Belief (Confidence)</i>	1. Mampu menghadapi ujian 2. Mampu menghadapi tugas dengan baik	1, 4	7	3
2	<i>A Sense of Control</i>	1. Mampu mengontrol Stres	2, 11	8	3
3	<i>Low Anxiety (Composure)</i>	1. Tidak larut dalam Keterpurukan	3	9, 12	3
4	<i>Persistence (Commitment)</i>	1. Mampu menghadapi kemerosotan akademik dengan baik	5, 6	10	3
Total					12

No	Pernyataan	Penilaian			
		1	2	3	Saran
1.	Walapun belajar materi pelajaran secara online, tapi saya yakin mampu menghadapi ujian.	√			
2.	Ketika saya mulai stress karena tugas, saya mampu mengatasinya dengan baik.	√			
3.	Apabila saya gagal dalam memahami pelajaran secara online, saya akan bangkit dan berusaha untuk berhasil.	√			
4.	Saya mampu menyelesaikan tugas-tugas online yang diberikan.	√			
5.	Apabila saya gagal dalam ujian, saya tetap bersemangat.	√			
6.	Ketika kesulitan dengan media belajar, saya mencari cara lain untuk tetap berhasil.	√			
7.	Saya merasa ragu untuk berhasil menggunakan metode belajar secara online.	√			
8.	Ketika kesulitan dalam belajar online, saya memilih untuk tidak belajar.	√			
9.	Saya merasa khawatir mendapatkann nilai buruk	√			
10.	Saya cukup jenuh dan malas untuk belajar secara online.	√			
11.	Saya mampu untuk tetap tenang dengan tugas online yang menumpuk.	√			
12.	Saya merasa takut ketika dosen mengkritik tugas saya.	√			

Malang, 19-04-2021  
Validator

## 2. Lembar Penilaian Untuk Skala Penelitian Oleh Ahli Kedua

Nama Validator : Selly Candra Ayu,M.Si

Tanggal penilaian : 14 April 2021

Nama/NIM : Mukhammad Sakdullah / 17410110

Nama Pembimbing: Drs. Zainul Arifin,M.Ag

### A. Judul penelitian

” Pengaruh Self Efficacy terhadap Academic Resilience mahasiswa angkatan 2020 Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang”

### B. Definisi Operasional

#### 1. *Self Efficacy*

*Self Efficacy* merupakan indikator positif berupa perasaan percaya terhadap kompetensi yang dimiliki disertai adanya pemahaman dalam diri untuk tetap percaya dan optimis dalam melaksanakan tanggung jawab.

#### 2. *Academic Resilience*

*Academic Resilience* merupakan Kompetensi untuk tetap berdiri tegak dengan kemandirian serta kematangan dalam berpikir dan juga kedewasaan *problem solving* dalam menghadapi tantangan akademik, rintangan-rintangan akademik setiap mahasiswa angkatan 2020 fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

### C. Skala *Self Efficacy*

Bandura (dalam Ghufron, 2011 : 80), *Self efficacy* memiliki beberapa aspek di dalamnya, antara lain:

1. *Level* merupakan macam-macam kesulitan serta tantangan pada tugas yang dibebankan, dan aspek ini terlihat saat individu mempunyai keyakinan untuk mampu menyelesaikan tugasnya.
2. *Strength* merupakan pengharapan serta keyakinan individu atas kompetensi yang dimiliki. Tingkat pengharapan yang cenderung lemah akan mudah tergoyahkan oleh pengalaman buruk yang kurang mendukung.
3. *Generality* merupakan aspek ini berkaitan dengan luasnya bidang dalam pola tingkah laku atas keyakinan pada kompetensi yang dimiliki.

#### D. Skala *Academic Resilience*

Martin & Marsh (2003:11) menjelaskan *Academic Resilience* memiliki empat (4) aspek, antara lain:

1. *Self Belief (Confidence)* merupakan suatu sikap percaya terhadap diri sendiri yang dimunculkan sebagai pemahaman diri dalam bertugas, dan menghadapi tantangan
2. *A Sense of Control* merupakan *Individual Abilities* atau kemampuan individu yang sangat penting dalam mengatur setiap dorongan yang muncul dalam diri seseorang.
3. *Low Anxiety (Composure)* memiliki dua bagian yaitu khawatir dan merasa cemas. Khawatir karena rasa takut tidak melakukan tugas dengan baik. dan cemas karena rasa ketidak mudahan dalam memandang tugas yang diberikan.
4. *Persistence (Commitment)* merupakan kemampuan yang dimunculkan dalam memahami dan mencari jalan keluar atas masalah yang sedang terjadi.

#### E. Petunjuk pengisian

1. Mohon Bapak/Ibu untuk membaca dengan teliti dan benar
2. Silahkan berikan tanda silang (X) pada kolom penilaian dengan pendapat bapak/Ibu
3. Penilaian yakni:  
1= Relevan  
2= Kurang relevan  
3= Tidak relevan

#### Blue Print Skala *Self Efficacy*

Aspek	Indikator	Item		Jumlah Item
		F	UF	
<i>Level</i>	Perencanaan dan pengaturan diri dalam penyelesaian tugas	8	3,7	5
	Percaya mampu menghadapi tugas yang menekan	14,2		
<i>Strength</i>	Berupaya dalam penyelesaian tugas	9, 12	1, 15	5
	Bersungguh-sungguh untuk mempelajari materi kuliah dalam	5		

	menghadapi ujian			
<i>Generality</i>	Dapat mengatasi bermacam-macam situasi yang menantang dalam pembelajaran	4, 11, 6	10, 13	5
<b>Total</b>				15

No	Pernyataan	Penilaian			
		1	2	3	Saran
1.	Saya malas mendengarkan materi kuliah yang disampaikan dosen.	√			
2.	Saya dapat meluangkan waktu untuk fokus belajar dan kuliah online.	√			
3.	Saya malas membuat jadwal belajar kuliah online.	√			
4.	Meskipun pembelajaran online, saya yakin dapat menghadapinya.	√			
5.	Saya mengulangi materi pelajaran menjelang ujian.	√			
6.	Saya yakin mendapatkan IP yang memuaskan.	√			
7.	Saya gagal mengatur waktu, sehingga tugas kuliah terlambat dikumpulkan.	√			
8.	Saya membuat daftar tugas online yang akan diselesaikan.	√			
9.	Saya mengerjakan tugas online tanpa menyontek ke teman.	√			
10.	Saya takut gagal menyelesaikan tugas kuliah online.	√			
11.	Saya mencari referensi lain jika merasa bingung dengan materi kuliah online.	√			
12.	Saya mencatat materi yang disampaikan dosen dalam kuliah online.	√			
13.	Saya kesulitan menyelesaikan tugas karena online	√			

	terbatasnya fasilitas.				
14	Saya mampu menyelesaikan tugas kuliah online dengan baik.	√			
15.	Saya mencontek pekerjaan teman dalam mengerjakan tugas online.	√			

### Blueprint Penelitian Skala *Academic Resilience*

No.	Aspek	Indikator	item		Jumlah
			F	UF	
1	<i>Self Belief (Confidence)</i>	1. Mampu menghadapi ujian 2. Mampu menghadapi tugas dengan baik	1, 4	7	3
2	<i>A Sense of Control</i>	1. Mampu mengontrol Stres	2, 11	8	3
3	<i>Low Anxiety (Composure)</i>	1. Tidak larut dalam Keterpurukan	3	9, 12	3
4	<i>Persistence (Commitment)</i>	1. Mampu menghadapi kemerosotan akademik dengan baik	5, 6	10	3
Total					12

No	Pernyataan	Penilaian			
		1	2	3	Saran
1.	Walapun belajar materi pelajaran secara online, tapi saya yakin mampu menghadapi ujian.	√			

2.	Ketika saya mulai stress karena tugas, saya mampu mengatasinya dengan baik.	√			
3.	Apabila saya gagal dalam memahami pelajaran secara online, saya akan bangkit dan berusaha untuk berhasil.	√			
4.	Saya mampu menyelesaikan tugas-tugas online yang diberikan.	√			
5.	Apabila saya gagal dalam ujian, saya tetap bersemangat.	√			
6.	Ketika kesulitan dengan media belajar, saya mencari cara lain untuk tetap berhasil.	√			
7.	Saya merasa ragu untuk berhasil menggunakan metode belajar secara online.	√			
8.	Ketika kesulitan dalam belajar online, saya memilih untuk tidak belajar.	√			
9.	Saya merasa khawatir mendapatkann nilai buruk	√			
10.	Saya cukup jenuh dan malas untuk belajar secara online.	√			
11.	Saya mampu untuk tetap tenang dengan tugas online yang menumpuk.	√			
12.	Saya merasa takut ketika dosen mengkritik tugas saya.	√			

## Catatan:

1. Isi (Kesesuaian dengan indikator)
  - sudah sesuai
2. Bahasa
  - sudah sesuai
3. Jumlah item
  - tiap indicator harus mewakili item UN

Malang, 14 April 2021  
Validator

### 3. Lembar Penilaian Untuk Skala Penelitian Oleh Ahli Ketiga

Nama Validator : Dr. Rifa Hidayah M. Si

Tanggal penilaian : 12-02-2021

Nama/NIM : Mukhammad Sakdullah / 17410110

Nama Pembimbing: Drs. Zainul Arifin, M. Ag

#### A. Judul penelitian

” Pengaruh Self Efficacy terhadap Academic Resilience mahasiswa angkatan 2020 Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang”

#### B. Definisi Operasional

##### 1. *Self Efficacy*

*Self Efficacy* merupakan indikator positif berupa perasaan percaya terhadap kompetensi yang dimiliki disertai adanya pemahaman dalam diri untuk tetap percaya dan optimis dalam melaksanakan tanggung jawab.

##### 2. *Academic Resilience*

*Academic Resilience* merupakan Kompetensi untuk tetap berdiri tegak dengan kemandirian serta kematangan dalam berpikir dan juga kedewasaan *problem solving* dalam menghadapi tantangan akademik, rintangan-rintangan akademik setiap mahasiswa angkatan 2020 fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

#### C. Skala *Self Efficacy*

Bandura (dalam Ghufron, 2011 : 80), *Self efficacy* memiliki beberapa aspek di dalamnya, antara lain:

1. *Level* merupakan macam-macam kesulitan serta tantangan pada tugas yang dibebankan, dan aspek ini terlihat saat individu mempunyai keyakinan untuk mampu menyelesaikan tugasnya.
2. *Strength* merupakan pengharapan serta keyakinan individu atas kompetensi yang dimiliki. Tingkat pengharapan yang cenderung lemah akan mudah tergoyahkan oleh pengalaman buruk yang kurang mendukung.
3. *Generality* merupakan aspek ini berkaitan dengan luasnya bidang dalam pola tingkah laku atas keyakinan pada kompetensi yang dimiliki.

#### D. Skala *Academic Resilience*

Martin & Marsh (2003:11) menjelaskan *Academic Resilience* memiliki empat (4) aspek, antara lain:

1. *Self Belief (Confidence)* merupakan suatu sikap percaya terhadap diri sendiri yang dimunculkan sebagai pemahaman diri dalam bertugas, dan menghadapi tantangan
2. *A Sense of Control* merupakan *Individual Abilities* atau kemampuan individu yang sangat penting dalam mengatur setiap dorongan yang muncul dalam diri seseorang.
3. *Low Anxiety (Composure)* memiliki dua bagian yaitu khawatir dan merasa cemas. Khawatir karena rasa takut tidak melakukan tugas dengan baik. dan cemas karena rasa ketidak mudahan dalam memandang tugas yang diberikan.
4. *Persistence (Commitment)* merupakan kemampuan yang dimunculkan dalam memahami dan mencari jalan keluar atas masalah yang sedang terjadi.

E. Petunjuk pengisian

1. Mohon Bapak/Ibu untuk membaca dengan teliti dan benar
2. Silahkan berikan tanda silang (X) pada kolom penilaian dengan pendapat bapak/Ibu
3. Penilaian yakni:  
 1= Relevan  
 2= Kurang relevan  
 3= Tidak Relevan

**Blue Print Skala *Self Efficacy***

Aspek	Indikator	Item		Jumlah Item
		F	UF	
<i>Level</i>	Perencanaan dan pengaturan diri dalam penyelesaian tugas	8	3,7	5
	Percaya mampu menghadapi tugas yang menekan	14,2		
<i>Strength</i>	Berupaya dalam penyelesaian tugas	9, 12	1, 15	5
	Bersungguh-sungguh untuk mempelajari materi kuliah dalam menghadapi ujian	5		
<i>Generality</i>	Dapat mengatasi bermacam-macam situasi yang menantang dalam	4, 11, 6	10, 13	5

	pembelajaran			
<b>Total</b>				15

No	Pernyataan	Penilaian			
		1	2	3	Saran
1.	Saya malas mendengarkan materi kuliah yang disampaikan dosen.	√			
2.	Saya dapat meluangkan waktu untuk fokus belajar dan kuliah online.	√			
3.	Saya malas membuat jadwal belajar kuliah online.	√			
4.	Meskipun pembelajaran online, saya yakin dapat menghadapinya.	√			
5.	Saya mengulangi materi pelajaran menjelang ujian.	√			
6.	Saya yakin mendapatkan IP yang memuaskan.	√			
7.	Saya gagal mengatur waktu, sehingga tugas kuliah terlambat dikumpulkan.	√			
8.	Saya membuat daftar tugas online yang akan diselesaikan.	√			
9.	Saya mengerjakan tugas online tanpa menyontek ke teman.	√			
10.	Saya takut gagal menyelesaikan tugas kuliah online.	√			
11.	Saya mencari referensi lain jika merasa bingung dengan materi kuliah online.	√			
12.	Saya mencatat materi yang disampaikan dosen dalam kuliah online.	√			
13.	Saya kesulitan menyelesaikan tugas karena online terbatasnya fasilitas.	√			
14.	Saya mampu menyelesaikan tugas kuliah online	√			

	dengan baik.				
15.	Saya mencontek pekerjaan teman dalam mengerjakan tugas online.	√			

### Blueprint Penelitian Skala *Academic Resilience*

No.	Aspek	Indikator	item		Jumlah
			F	UF	
1	<i>Self Belief (Confidence)</i>	1. Mampu menghadapi ujian 2. Mampu menghadapi tugas dengan baik	1, 4	7	3
2	<i>A Sense of Control</i>	1. Mampu mengontrol Stres	2, 11	8	3
3	<i>Low Anxiety (Composure)</i>	1. Tidak larut dalam Keterpurukan	3	9, 12	3
4	<i>Persistence (Commitment)</i>	1. Mampu menghadapi kemerosotan akademik dengan baik	5, 6	10	3
Total					12

No	Pernyataan	Penilaian			
		1	2	3	Saran
1.	Walapun belajar materi pelajaran secara online, tapi saya yakin mampu menghadapi ujian.	√			
2.	Ketika saya mulai stress karena tugas, saya mampu	√			

	mengatasinya dengan baik.				
3.	Apabila saya gagal dalam memahami pelajaran secara online, saya akan bangkit dan berusaha untuk berhasil.	√			
4.	Saya mampu menyelesaikan tugas-tugas online yang diberikan.	√			
5.	Apabila saya gagal dalam ujian, saya tetap bersemangat.	√			
6.	Ketika kesulitan dengan media belajar, saya mencari cara lain untuk tetap berhasil.	√			
7.	Saya merasa ragu untuk berhasil menggunakan metode belajar secara online.	√			
8.	Ketika kesulitan dalam belajar online, saya memilih untuk tidak belajar.	√			
9.	Saya merasa khawatir mendapatkann nilai buruk	√			
10.	Saya cukup jenuh dan malas untuk belajar secara online.	√			
11.	Saya mampu untuk tetap tenang dengan tugas online yang menumpuk.	√			
12.	Saya merasa takut ketika dosen mengkritik tugas saya.	√			

Malang, 19-04-2021  
Validator



X5	Pearson Correlation	.402**	.285**	.196	.266*	1	.059	.238*	.484**	.165	.073	.408**	.317**	.158	.156	.371**	.598**
	Sig. (2-tailed)	.000	.006	.062	.011		.576	.023	.000	.117	.491	.000	.002	.135	.139	.000	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91
X6	Pearson Correlation	.254*	.393**	.172	.295**	.059	1	.192	.209*	.048	.077	.117	.156	.069	-.293**	.036	.433**
	Sig. (2-tailed)	.015	.000	.103	.005	.576		.069	.047	.650	.468	.270	.140	.517	.005	.732	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91
X7	Pearson Correlation	.201	.199	.221*	.212*	.238*	.192	1	.217*	-.060	.145	.151	.197	.100	.209*	.202	.480**
	Sig. (2-tailed)	.056	.059	.036	.043	.023	.069		.039	.572	.172	.154	.061	.346	.047	.055	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91
X8	Pearson Correlation	.322**	.191	.404**	.160	.484**	.209*	.217*	1	.002	.026	.315**	.271**	.002	.068	.188	.534**
	Sig. (2-tailed)	.002	.070	.000	.129	.000	.047	.039		.987	.810	.002	.009	.985	.519	.075	.000
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91
X9	Pearson Correlation	.368**	.163	.134	-.014	.165	.048	-.060	.002	1	.102	-.031	.082	-.010	.170	.534**	.326**
	Sig. (2-tailed)	.000	.122	.205	.896	.117	.650	.572	.987		.337	.773	.439	.922	.106	.000	.002
	N	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91
X10	Pearson Correlation	-.117	-.019	-.053	.046	-.073	.077	.145	-.026	-.102	1	-.039	.007	.029	.076	-.173	.136



N	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	
TO- TALX	Pearson Correlation	.671**	.658**	.588**	.583**	.598**	.433**	.480**	.534**	.326**	.136	.482**	.557**	.321**	.516**	.487**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.002	.197	.000	.000	.002	.000	.000	
N		91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

## 2. Skala Academic Resillience

### Correlations

	Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12	TOTALY
Y1 Pearson Correlation	1	.473**	.548**	.608**	.514**	.413**	.253*	.238*	.117	.205	.438**	.098	.691**
Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.016	.023	.270	.052	.000	.354	.000
N	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91
Y2 Pearson Correlation	.473**	1	.530**	.379**	.319**	.381**	.047	.315**	.012	.176	.260*	-.068	.535**
Sig. (2-tailed)	.000		.000	.000	.002	.000	.656	.002	.912	.094	.013	.522	.000
N	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91
Y3 Pearson Correlation	.548**	.530**	1	.584**	.349**	.364**	.298**	.403**	.176	.266*	.278**	.042	.684**
Sig. (2-tailed)	.000	.000		.000	.001	.000	.004	.000	.096	.011	.008	.695	.000



Y10 Pearson Correlation	.205	.176	.266*	.162	.222*	-.020	.429**	.369**	.225*	1	.270**	.227*	.566**
Sig. (2-tailed)	.052	.094	.011	.125	.035	.854	.000	.000	.032		.010	.030	.000
N	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91
Y11 Pearson Correlation	.438**	.260*	.278**	.376**	.266*	.220*	.211*	.189	.241*	.270**	1	.146	.582**
Sig. (2-tailed)	.000	.013	.008	.000	.011	.036	.044	.072	.021	.010		.166	.000
N	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91
Y12 Pearson Correlation	.098	-.068	.042	.061	-.111	.008	.445**	.100	.412**	.227*	.146	1	.406**
Sig. (2-tailed)	.354	.522	.695	.564	.295	.940	.000	.347	.000	.030	.166		.000
N	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91	91

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

## LAMPIRAN V

### UJI RELIABILITAS

#### 1. Skala *Self Efficacy*

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	91	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	91	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.762	15

#### 2. Skala *Academic Resilience*

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	91	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	91	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.788	12

**LAMPIRAN VI**

**ANALISIS DATA**

**1. Uji Normalitas**

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		91
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	5.51499035
Most Extreme Differences	Absolute	.058
	Positive	.058
	Negative	-.055
Kolmogorov-Smirnov Z		.558
Asymp. Sig. (2-tailed)		.915
a. Test distribution is Normal.		

**2. Uji Linearitas**

**Report**

AR

SE	Mean	N	Std. Deviation
22	41.00	1	.
25	30.00	1	.
29	29.67	3	.577
30	39.00	1	.
32	34.25	4	4.787

34	35.75	8	4.803
35	32.67	3	4.163
36	32.00	2	5.657
37	28.00	2	.000
38	32.38	8	4.138
39	31.10	10	7.062
40	31.20	5	9.910
41	30.20	5	5.848
42	33.75	4	4.500
43	29.00	6	6.132
44	32.00	4	2.944
45	34.25	4	7.274
46	33.83	6	4.622
47	35.00	3	1.732
48	30.00	3	4.359
49	31.00	3	4.359
51	45.00	1	.
53	29.00	2	1.414
54	32.00	1	.
55	40.00	1	.
Total	32.49	91	5.520

ANOVA Table

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
AR * SE Between Groups (Combined)	722.456	24	30.102	.983	.499
Linearity	5.387	1	5.387	.176	.676
Deviation from Linearity	717.069	23	31.177	1.019	.457
Within Groups	2020.292	66	30.610		
Total	2742.747	90			

**Measures of Association**

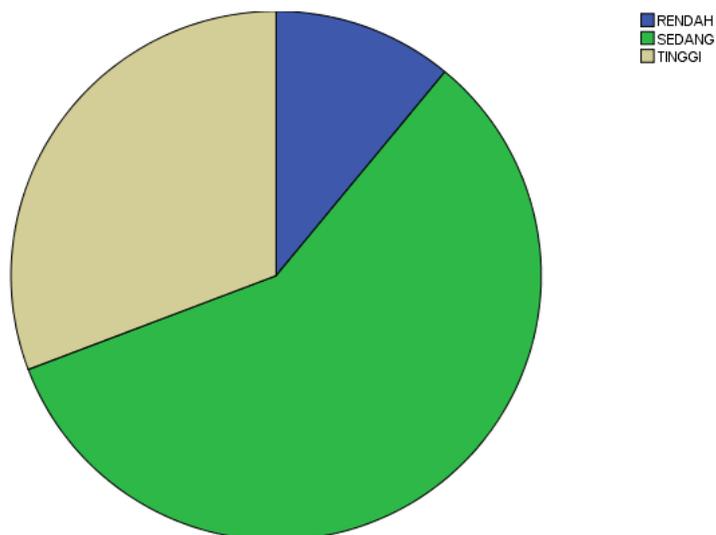
	R	R Squared	Eta	Eta Squared
AR * SE	-.044	.002	.513	.263

**3. Kategorisasi *Self Efficacy***

**KATEGORIX**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	RENDAH	10	11.0	11.0	11.0
	SEDANG	53	58.2	58.2	69.2
	TINGGI	28	30.8	30.8	100.0
Total		91	100.0	100.0	

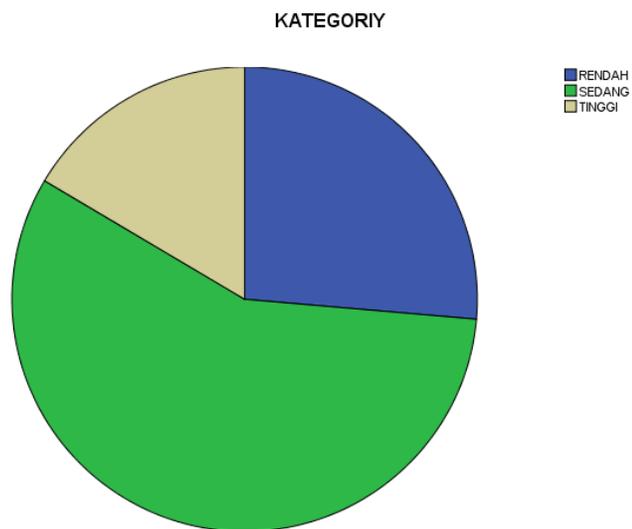
**KATEGORIX**



#### 4. Kategorisasi *Academic Resillience*

**KATEGORIY**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	RENDAH	24	26.4	26.4	26.4
	SEDANG	52	57.1	57.1	83.5
	TINGGI	15	16.5	16.5	100.0
	Total	91	100.0	100.0	



#### 5. Uji Regresi

**Variables Entered/Removed<sup>b</sup>**

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	SE <sup>a</sup>		. Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: AR

**Model Summary<sup>b</sup>**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.987 <sup>a</sup>	.973	.973	1.055

a. Predictors: (Constant), SE

b. Dependent Variable: AR

**ANOVA<sup>b</sup>**

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	3597.021	1	3597.021	3230.062	.000 <sup>a</sup>
	Residual	99.111	89	1.114		
	Total	3696.132	90			

a. Predictors: (Constant), SE

b. Dependent Variable: AR

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	2.437	.715		3.408	.001
	SE	.995	.018	.987	56.834	.000

a. Dependent Variable: AR

**Residuals Statistics<sup>a</sup>**

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	24.34	57.19	42.58	6.322	91
Residual	-1.323	1.787	.000	1.049	91
Std. Predicted Value	-2.886	2.310	.000	1.000	91
Std. Residual	-1.253	1.693	.000	.994	91

a. Dependent Variable: AR

## 6. Analisis Tambahan

### a. Aspek X terhadap Y

		Correlations			
		level	generality	streng	totalra
level	Pearson Correlation	1	.530**	.534**	.617**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000
	N	91	91	91	91
generality	Pearson Correlation	.530**	1	.255*	.598**
	Sig. (2-tailed)	.000		.015	.000
	N	91	91	91	91
streng	Pearson Correlation	.534**	.255*	1	.479**
	Sig. (2-tailed)	.000	.015		.000
	N	91	91	91	91
totalra	Pearson Correlation	.617**	.598**	.479**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	
	N	91	91	91	91

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

### b. Aspek X terhadap X

		Correlations			
		level	generality	streng	totalSE
level	Pearson Correlation	1	.530**	.534**	.877**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000
	N	91	91	91	91
generality	Pearson Correlation	.530**	1	.255*	.716**
	Sig. (2-tailed)	.000		.015	.000
	N	91	91	91	91

streng	Pearson Correlation	.534**	.255*	1	.778**
	Sig. (2-tailed)	.000	.015		.000
	N	91	91	91	91
totalSE	Pearson Correlation	.877**	.716**	.778**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	
	N	91	91	91	91

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

### c. Aspek Y terhadap Y

#### Correlations

		pd	kontrol	tenang	tekun	totalra
pd	Pearson Correlation	1	.572**	.556**	.624**	.868**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000
	N	91	91	91	91	91
kontrol	Pearson Correlation	.572**	1	.351**	.575**	.802**
	Sig. (2-tailed)	.000		.001	.000	.000
	N	91	91	91	91	91
tenang	Pearson Correlation	.556**	.351**	1	.299**	.702**
	Sig. (2-tailed)	.000	.001		.004	.000
	N	91	91	91	91	91
tekun	Pearson Correlation	.624**	.575**	.299**	1	.782**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.004		.000
	N	91	91	91	91	91
totalra	Pearson Correlation	.868**	.802**	.702**	.782**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	
	N	91	91	91	91	91

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

## LAMPIRAN VII

## HASIL PENGISIAN SKALA

1. Skala *Self Efficacy*

Nama:	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	TOTAL
Abdus Salam	3	4	2	3	2	4	1	3	2	2	3	2	1	3	2	37
adam fathurrohman	2	2	1	4	4	1	3	1	3	4	4	1	3	3	3	39
Adam fauzan muhfti	2	3	2	3	3	3	3	4	2	2	4	3	1	3	2	40
AHMAD AFSKAR NALA APRIYADI	4	4	4	4	4	4	4	4	2	1	4	4	4	4	4	55
Ahmad amrina yusron	2	2	2	4	2	3	1	2	3	1	4	3	1	2	3	35
ahmad syaifulloh	3	3	4	4	3	3	4	4	3	2	4	2	4	3	3	49
Aisya Rahma Sumartha	3	3	2	3	4	4	4	4	3	4	4	4	2	3	3	50
alfiani anggareta	3	3	2	4	3	4	2	2	3	2	3	2	2	3	4	42
Alfiani anggareta	3	3	1	4	3	3	2	4	4	1	4	3	1	4	3	43
Alif Arifzan Anshari	3	2	2	2	3	2	4	3	4	1	3	3	3	2	4	41
Alina Shofy' Izza Mazzida	2	3	3	2	4	4	4	4	3	3	4	1	2	3	2	44
Alisa	3	4	3	4	2	3	4	3	2	4	4	4	1	4	4	49
Amanda	3	1	2	4	4	4	4	4	1	2	4	3	2	3	2	43
Anastasyia Hilda Fahriza	3	3	2	3	3	3	3	4	3	2	4	3	3	3	3	45
Anita Ratna Sari	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	1	2	3	36
Annisa Surya	3	3	3	4	3	3	2	3	3	1	4	2	3	3	4	44
Anton Bachrul Alam	1	3	2	4	1	4	4	1	1	1	4	1	4	4	2	37
Aprilia Cahya Kartika	3	3	3	3	3	2	4	2	2	2	4	2	1	2	4	40

Aprilia vivin lavinda devi	3	3	3	3	2	4	2	2	3	3	3	2	2	3	3	41
Aris Dimas	3	3	1	3	3	4	4	2	4	3	4	4	2	2	4	46
Arizka Khoirunnisa	3	3	4	4	4	3	4	4	4	1	4	4	4	4	4	54
Asyura nabila	1	1	2	1	1	1	2	1	1	4	2	4	3	1	1	26
Aulina Nur Syahbani	2	2	1	3	4	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	42
Aziz	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	57
Bella Laila Qudsi	3	2	3	1	1	2	3	2	3	1	3	2	2	3	4	35
Bianca Alzakira	2	2	3	2	3	2	1	2	3	1	4	2	2	2	4	35
Camalia Naura Amani	3	4	3	4	3	3	4	4	2	4	3	3	3	4	3	50
Citra Miskadina	2	2	2	3	2	2	3	3	1	4	4	1	1	2	1	33
Cut Rizka Putri Gusmawi	2	2	2	3	2	2	3	3	1	4	4	1	1	2	1	33
Debby Luzsanti	2	1	3	2	3	1	2	2	3	1	4	2	1	1	3	31
Dhia' Al-Adyan	3	2	1	4	4	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	40
Endah Sapta Kumaladewi	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	1	4	4	54
Endy susilo	3	3	4	4	2	4	3	2	2	3	4	2	2	2	2	42
Erlina Asrofatul Insani	2	2	2	3	4	2	1	3	3	4	3	3	4	4	3	43
fadilah purnama wulandari a. Djulian	2	2	1	4	2	3	4	2	2	4	4	3	3	4	3	43
Fahma Mutia Wardah	3	3	3	4	3	3	3	4	2	1	4	2	4	3	4	46
Faizah Saluka Rohmah	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	37
Fina Mafaza Ayatun	3	2	2	3	3	1	3	2	2	3	4	3	4	3	3	41
Firda Suci Chanifatul Ilfina	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	49
Gandi Ahmad	3	4	3	3	4	3	3	4	4	2	4	4	2	3	4	50
Ghozirotun Ni'mah	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	54
Hanifah Adelia	2	2	2	2	3	2	3	4	2	1	2	1	2	2	3	33
Harisah Berliana P	2	2	2	2	3	2	3	4	2	1	2	1	2	2	3	33
Ine Sofiah	4	3	4	3	4	3	4	3	4	1	4	3	1	3	4	48

Isyti Munjidah	2	1	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	40
Jamilah	2	2	4	4	3	3	4	4	2	2	4	3	2	3	4	46
Laskha Shakiera	1	1	1	1	1	4	4	1	4	4	1	1	1	4	4	33
Magda Achllaa Amany	3	3	2	3	3	3	4	2	3	2	3	2	3	3	3	42
Mas'ud Qowim	3	3	4	4	3	4	3	3	3	2	4	2	1	3	4	46
Maulana Adriansyah	3	3	2	4	3	4	1	3	3	1	4	3	2	3	3	42
Maulana Hikam Suaedy	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	36
Moh. Alfin hidayat	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	1	3	3	40
Mohammad Amirul Mujahidin	2	2	3	3	3	2	2	1	3	2	2	2	3	3	3	36
Mohammad Dian Pornomo	3	3	2	4	2	4	2	1	4	1	4	3	1	3	2	39
Mohammad rio afdhel	1	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	1	4	48
Muhammad Charismawan	3	2	4	3	4	3	4	4	1	1	3	3	3	4	4	46
Muhammad Dlou'ul Ma'aliy	4	3	3	4	3	4	3	3	2	2	4	3	3	3	3	47
Muhammad Khalil Zakiy	3	3	2	2	4	3	4	2	3	1	2	2	3	3	3	40
Mukhamad Zaenal Arifin	4	4	4	4	2	3	4	2	4	3	3	2	3	4	3	49
Muna Adzkiyaul Husna	3	3	3	3	2	2	4	1	2	2	4	3	3	3	3	41
Muniroh Maya Dwi Putri	2	3	2	3	1	3	1	1	4	4	1	1	4	4	2	36
Najmi Jamilatul Wardah L Q	3	3	2	2	3	3	4	3	2	2	3	2	3	3	3	41
Nayla Malihatan Nisa	3	2	1	2	3	4	4	4	3	4	4	2	1	3	3	43
Ninis Sunandari	3	2	2	2	4	3	2	4	4	2	3	1	3	3	4	42
Nismi Asna Arinal Haq	3	2	2	4	4	2	4	4	3	3	4	1	3	3	3	45
Nuriel AR	3	2	1	4	3	1	4	1	4	1	3	3	2	2	4	38
Nurkamala Dewi	3	2	3	2	3	3	3	4	3	2	4	3	2	2	3	42
Putri Qodisa Baituridwan	3	2	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	49
Putu	1	1	1	2	1	2	3	3	2	1	2	1	1	2	3	26
Rania Nur Aini	3	3	2	3	3	3	4	2	2	2	4	2	3	3	2	41

RIFQI ARIFATUL ILMIYAH	3	4	1	3	4	3	4	1	2	1	4	3	1	4	2	40
Risa Rahmawati	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	2	3	4	49
Rizqah Zamima	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	36
Sabrina	3	2	3	4	2	4	4	4	1	3	3	2	1	2	1	39
Saniyyah	2	3	4	3	3	3	4	4	2	2	4	3	3	3	2	45
Sely	3	3	2	3	2	4	3	2	2	2	3	3	3	3	2	40
Setya Muhammad	3	3	3	3	2	4	3	2	4	2	3	2	3	3	3	43
Seviaratvi Nailatul Attiya	3	4	4	4	4	2	4	4	4	1	4	3	2	3	4	50
SOFIATUL WIDAD	4	4	4	4	3	4	3	4	2	2	4	3	4	4	2	51
Sri Hidayati Absuhalini	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	2	3	3	3	45
Sultoni Bagas Alfikri	3	3	2	4	4	3	3	4	2	1	3	3	3	3	3	44
Syifa Nur Fitriah	3	3	3	4	3	1	3	4	2	2	4	4	3	4	2	45
Tasya Shofwa M	3	3	4	4	4	3	3	4	4	2	4	2	3	3	4	50
Tiara Firgishanda Ipaenin	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	2	4	4	53
Tiffani Lidia	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	2	3	4	51
Tina Maulidia	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	50
Tito Santoso	2	2	2	2	3	2	1	2	2	1	4	2	2	3	3	33
Umi Aidatur Rohmah	3	3	2	4	4	4	4	3	2	4	4	3	2	3	3	48
Venorica afdela	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	44
Wandi Saputra	4	2	2	1	3	3	1	4	3	1	4	3	1	1	2	35
Zunaida Erma Rahmawati	4	4	2	3	4	2	2	3	2	3	4	3	3	3	3	45

## 2. Skala Academic Resillience

Nama:	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	total
Abdus Salam	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	3	2	31
adam fathurrohman	4	1	3	3	3	4	4	1	3	1	4	4	35
Adam fauzan muhfti	3	3	3	3	3	3	2	2	2	1	4	2	31
AHMAD AFSKAR NALA APRIYADI	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	1	3	41
Ahmad amrina yusron	3	3	3	3	3	3	4	3	2	4	2	4	37
ahmad syaifulloh	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	41
Aisyah Rahma Sumartha	4	4	4	4	3	4	3	3	3	1	3	3	39
alfiani anggareta	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	1	31
Alfiani anggareta	3	4	4	3	4	3	2	3	3	3	3	1	36
Alif Arifzan Anshari	2	2	2	3	2	3	2	3	1	1	2	4	27
Alina Shofy' Izza Mazzida	4	4	4	4	4	4	2	3	1	2	3	1	36
Alisa	4	4	4	4	4	4	4	1	3	3	4	2	41
Amanda	4	3	4	4	4	4	3	2	1	1	2	1	33
Anastasyia Hilda Fahriza	3	3	3	3	3	3	2	3	1	1	2	2	29
Anita Ratna Sari	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	4	28
Annisa Surya	4	4	4	4	4	4	2	2	1	2	3	1	35
Anton Bachrul Alam	4	4	1	3	3	4	1	1	1	1	4	1	28
Aprilia Cahya Kartika	3	3	3	3	3	4	2	2	1	2	3	2	31
Aprilia vivin lavinda devi	3	3	3	3	3	3	1	2	2	2	2	1	28
Aris Dimas	4	3	3	4	4	4	3	4	2	2	3	1	37
Arizka Khoirunnisa	4	4	4	4	4	1	1	4	1	4	4	1	36
Asyura nabila	1	1	1	1	1	1	3	1	4	4	1	4	23
Aulina Nur Syahbani	3	3	3	3	2	3	3	2	1	1	1	2	27

Aziz	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	45
Bella Laila Qudsi	2	2	3	3	3	3	1	3	1	1	1	1	24
Bianca Alzakira	3	4	3	2	3	3	2	3	1	1	1	1	27
Camalia Naura Amani	4	3	3	4	3	4	3	3	1	3	3	1	35
Citra Miskadina	2	2	2	3	3	2	1	1	1	1	2	1	21
Cut Rizka Putri Gusmawi	2	2	2	3	3	2	1	1	1	1	2	1	21
Debby Luzsanti	3	4	3	4	1	3	1	2	1	1	4	3	30
Dhia' Al-Adyan	2	3	3	3	2	3	2	2	2	1	3	2	28
Endah Sapta Kumaladewi	4	4	4	4	4	4	1	4	1	4	4	1	39
Endy susilo	4	3	3	3	4	4	3	2	2	2	4	4	38
Erlina Asrofatul Insani	3	3	3	4	3	4	2	3	1	2	3	3	34
fadilah purnama wulandari a. Djulian	4	3	3	4	3	4	3	3	3	2	4	3	39
Fahma Mutia Wardah	4	3	3	3	3	3	1	3	1	3	2	1	30
Faizah Saluka Rohmah	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	30
Fina Mafaza Ayatun	2	3	3	3	3	3	2	3	1	2	2	1	28
Firda Suci Chanifatul Ilfina	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	34
Gandi Ahmad	3	3	3	3	3	3	2	4	2	2	3	2	33
Ghozirotun Ni'mah	3	2	3	3	3	4	3	4	2	2	3	2	34
Hanifah Adelia	3	4	3	3	2	4	1	2	1	1	1	2	27
Harisah Berliana P	3	4	3	3	2	4	1	2	1	1	1	2	27
Ine Sofiah	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	32
Isyti Munjidah	4	2	3	3	4	3	3	2	2	1	3	2	32
Jamilah	2	3	3	3	2	4	3	4	2	2	3	1	32
Laskha Shakiera	4	4	4	4	1	4	1	4	3	1	4	4	38
Magda Achllaa Amany	3	3	2	3	3	3	2	2	1	3	3	2	30
Mas'ud Qowim	4	4	3	4	3	4	4	4	1	2	3	3	39

Maulana Adriansyah	3	3	3	3	2	3	2	2	1	2	3	1	28
Maulana Hikam Suaedy	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	31
Moh. Alfin hidayat	3	3	3	3	3	3	2	4	2	2	3	3	34
Mohammad Amirul Mujahidin	3	3	3	3	2	3	1	2	1	1	2	2	26
Mohammad Dian Pornomo	4	4	4	4	4	4	1	4	1	1	2	1	34
Mohammad rio afdhel	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	48
Muhammad Charismawan	3	2	3	4	4	4	2	4	1	3	4	4	38
Muhammad Dlou'ul Ma'aliy	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	36
Muhammad Khalil Zakiy	2	3	3	4	2	3	2	2	1	2	2	2	28
Mukhamad Zaenal Arifin	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	39
Muna Adzkiyaul Husna	3	2	3	3	3	4	3	4	3	2	3	2	35
Muniroh Maya Dwi Putri	2	4	3	2	3	3	2	4	2	2	3	1	31
Najmi Jamilatul Wardah L Q	3	2	3	3	2	3	3	3	1	1	2	1	27
Nayla Malihatan Nisa	4	4	4	4	4	4	1	1	2	2	3	3	36
Ninis Sunandari	3	2	3	4	3	3	1	3	1	1	3	1	28
nismi asna arinal haq	4	2	3	4	4	3	1	2	2	1	2	1	29
Nuriel AR	3	2	2	3	4	3	1	2	1	3	3	2	29
Nurkamala Dewi	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	30
Putri Qodisa Baituridwan	3	2	3	3	2	2	3	4	1	3	3	3	32
putu	2	1	2	3	2	2	1	1	1	2	2	1	20
Rania Nur Aini	3	2	4	3	3	4	3	2	2	2	3	1	32
RIFQI ARIFATUL ILMIYAH	3	2	3	4	2	3	1	3	1	2	2	1	27
Risa Rahmawati	4	3	4	4	4	4	2	4	1	3	4	2	39
Rizqah Zamima	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	29
sabrina	2	3	2	2	3	4	1	1	1	1	4	1	25
Saniyyah	3	3	3	3	2	4	4	4	1	4	4	1	36

Sely	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	4	2	34
Setya Muhammad	3	3	3	4	4	4	3	3	2	2	2	2	3	36
Seviaratvi Nailatul Attiya	3	4	4	4	3	4	3	4	1	4	4	4	1	39
SOFIATUL WIDAD	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	2	41
Sri Hidayati Absuhalini	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	2	32
Sultoni Bagas Alfikri	2	3	4	3	3	4	2	3	1	1	2	2	1	29
Syifa Nur Fitriah	4	4	4	4	4	2	3	4	2	2	4	4	3	40
Tasya Shofwa M	3	3	2	4	4	3	1	3	1	1	4	4	1	30
Tiara Firgishanda Ipaenin	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	36
Tiffani Lidia	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	36
Tina Maulidia	3	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	3	3	37
Tito Santoso	2	1	2	3	1	3	2	2	1	1	1	1	3	22
Umi Aidatur Rohmah	4	4	4	4	4	4	3	4	2	2	3	3	2	40
Venorica afdela	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	35
Wandi Saputra	2	3	1	2	4	4	1	4	1	1	1	1	1	25
Zunaida Erma Rahmawati	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	1	30