

Success Strategies for Migrant Students: Optimizing Self-Regulated Learning and Academic Hardiness

Strategi Sukses Mahasiswa Perantau: Mengoptimalkan Self-Regulated Learning dan Academic Hardiness

Gabriel Leonora Waworuntu¹, Heru Astikasari Setya Murti²

^{1,2}Program studi Psikologi, Fakultas Psikologi,
Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga, Jawa Tengah, Indonesia
Email: gebyleonora@gmail.com , heru.astikasari@uksw.edu

Artikel Info	ABSTRACT
<p>Riwayat Artikel: Penyerahan 08/05/2025 Revisi 30/05/2025 Diterima 07/08/2025</p> <p>Keyword: Self-Regulated Learning; Academic hardiness; Students.</p>	<p><i>Being a student away from home at Universitas Kristen Satya Wacana (UKSW) presents a significant challenge, as they often face various obstacles and demands throughout their academic journey. As students from outside the region, they must adapt to a new environment, which requires the development of self-regulated learning and academic hardiness. This study aims to explore the relationship between self-regulated learning and academic hardiness. The research uses a quantitative approach with a correlational design. A total of 140 students from UKSW Salatiga, Central Java, were selected as participants using purposive sampling, a method in which participants are chosen based on specific criteria relevant to the research objectives. The data were analyzed using Spearman's Rho correlation test. The findings indicate a weak positive relationship between self-regulated learning and academic hardiness, with a correlation value of $r = 0.287$ and $sig. = 0.001$. This suggests that an increase in self-regulated learning has the potential to enhance academic hardiness. The study is expected to provide insights showing that developing self-regulated learning can help UKSW students better face academic challenges. These findings offer valuable insights into the role of self-regulated learning in strengthening the academic resilience of students.</i></p>
<p>ABSTRAK</p> <p>Menjadi mahasiswa/i perantau di Universitas Kristen Satya Wacana (UKSW) merupakan tantangan yang tidak mudah, karena mereka sering menghadapi berbagai hambatan dan tuntutan dalam perjalanan akademik. Sebagai perantau, mahasiswa/i perlu menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, yang mengharuskan mereka untuk mengembangkan <i>self-regulated learning</i> dan <i>academic hardiness</i>. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara self-regulated learning dengan <i>academic hardiness</i>. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Sebanyak 140 mahasiswa/i perantau dari UKSW Salatiga, Jawa Tengah, dipilih sebagai partisipan melalui teknik <i>purposive sampling</i>, yaitu pemilihan partisipan berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Data dianalisis dengan menggunakan uji korelasi <i>Spearman's Rho</i>. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang lemah antara <i>self-regulated learning</i> dan <i>academic hardiness</i>, dengan nilai $r = 0,287$ dan $sig. = 0,001$. Ini berarti bahwa peningkatan <i>self-regulated learning</i> berpotensi meningkatkan <i>academic hardiness</i>. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman bahwa dengan mengembangkan <i>self-regulated learning</i>, mahasiswa/i UKSW dapat lebih baik dalam menghadapi tantangan akademik. Temuan ini memberikan wawasan penting mengenai peran <i>self-regulated learning</i> dalam memperkuat kemampuan bertahan akademik mahasiswa-mahasiswi.</p>	<p>Kata Kunci</p> <p>Pembelajaran yang diatur sendiri; Ketangguhan akademik; mahasiswa</p>
<p>Korespondensi:</p> <p>Heru Astikasari Setya Murti Univeristas Kristen Satya Wacana Email: heru.astikasari@uksw.edu</p>	<p>Copyright (c) Gabriel Leonora Waworuntu & Heru Astikasari Setya Murti</p>

LATAR BELAKANG

Bagian Mahasiswa merupakan peralihan dari siswa sekolah menengah pertama ke perguruan tinggi. Setiap individu akan memilih perguruan tinggi terbaik untuk melanjutkan pendidikan. Banyak mahasiswa yang memilih untuk melanjutkan studi di luar daerah asal atau merantau. Salah satu alasan memilih merantau adalah ketidakmerataan kualitas pendidikan di Indonesia. Perguruan tinggi yang memiliki akreditasi baik mayoritas berada di Pulau Jawa. Hal ini sesuai dengan data Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi yang menunjukkan bahwa banyak universitas berakreditasi tinggi di Pulau Jawa, sehingga mendorong mahasiswa untuk merantau ke sana (Prasetio, et al., 2020). Mahasiswa yang melanjutkan pendidikan di tempat yang berbeda dari asalnya sering disebut sebagai mahasiswa perantau (Sahertian et al., 2024). Mahasiswa yang belajar di luar kota atau pulau akan menghadapi tantangan dalam beradaptasi dengan lingkungan baru. Hal ini sesuai dengan pendapat (Namira Basri & Ahmad Ridha, 2020), yang menyatakan bahwa mahasiswa perantau akan mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan dan perbedaan budaya, yang dapat berdampak negatif terhadap motivasi belajar mahasiswa perantauan. Menurut Kegel (2009) (dalam Mariska, 2018) mengungkapkan bahwa mahasiswa perantau yang memilih menempuh pendidikan tinggi di luar daerah asalnya kerap kali merasakan kesedihan akibat kerinduan terhadap keluarga, teman, kampung halaman, serta budayanya. Di sisi lain, mereka juga berupaya membangun relasi sosial yang baru dan beradaptasi dengan tuntutan serta budaya lingkungan yang berbeda.

Di Indonesia, jumlah mahasiswa terus meningkat sejak 1997, dari 2,1 juta menjadi 7 juta pada 2018 yang tersebar di perguruan tinggi negeri dan swasta (Kurniawan & Eva, 2020). Namun, distribusinya tidak merata, karena dari 4.472 perguruan tinggi, hanya 50 yang terakreditasi A (Kurniawan & Eva, 2020), yang juga dibuktikan oleh data dari Tirto.id. Kondisi ini menyebabkan banyak mahasiswa memilih merantau untuk melanjutkan pendidikan di perguruan tinggi berkualitas. Pendidikan yang baik akan menghasilkan mahasiswa yang kompeten dan berkepribadian. Sistem pendidikan memiliki berbagai tantangan akademik yang mempengaruhi mahasiswa, yang bisa memilih untuk menghadapi atau menghindari tantangan tersebut. Mahasiswa perantau perlu mengembangkan karakter ketangguhan (*hardiness*) agar mampu beradaptasi dan mengatasi tantangan akademik, yang disebut sebagai *academic hardiness*.

Menurut Kobasa (1979) dalam (Muetya et al., 2022), *hardiness* secara konseptual diartikan sebagai sifat kepribadian yang mencakup kombinasi sikap yang berfungsi sebagai sumber ketahanan dalam menghadapi stres. *Hardiness* merupakan salah satu aspek kepribadian yang mendukung ketahanan individu di bidang akademik, yang dikenal dengan istilah *academic hardiness* (Benishek et al., 2005).

Saat ini, masih banyak fenomena di perguruan tinggi di mana mahasiswa menghadapi kesulitan dalam

mempertahankan diri di bidang pendidikan, akibat berbagai tekanan yang mereka hadapi dalam menjalankan aktivitas akademiknya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Misra dkk. (2008, hal. 93) dalam (Muhammad, 2022), yang menyatakan bahwa tekanan akademik yang tinggi pada mahasiswa disebabkan oleh rendahnya sikap *academic hardiness* yang dimiliki mahasiswa. Mahasiswa rantau juga sering mengalami kesulitan dalam bertahan karena banyak tantangan akademik yang berbeda dengan yang ada di tempat asalnya. Selain tuntutan akademik, mahasiswa rantau juga harus beradaptasi dengan lingkungan baru, menjadi lebih mandiri, serta menghadapi tanggung jawab pribadi, yang semuanya berkaitan dengan kemampuan akademik mereka. Penelitian yang dilakukan oleh Devinta dkk. (dalam Rasyid & Rusmawati, 2023) juga mendukung hal tersebut, dengan menyebutkan bahwa tuntutan yang dihadapi mahasiswa rantau disebabkan oleh perbedaan keterampilan berkomunikasi, kemampuan bersosialisasi, bahasa, adat istiadat, dan kondisi geografis. Berdasarkan hal ini, peneliti ingin mengetahui apakah mahasiswa UKSW memiliki *academic hardiness* yang tinggi dalam menghadapi tantangan akademik, mengingat mahasiswa/i UKSW berasal dari latar belakang suku, ras, dan budaya yang beragam.

Dalam penelitian sebelumnya, *academic hardiness* sering dikaitkan dengan prokrastinasi akademik, *self-efficacy*, stres akademik, dan berbagai faktor lainnya. Namun, belum banyak penelitian yang mengkaji hubungan antara *self-regulated learning* dan *academic hardiness*, padahal kedua konsep tersebut berperan penting dalam kesuksesan akademik dan dapat membantu mahasiswa mengembangkan intervensi yang lebih efektif untuk meningkatkan hasil belajar. Hal ini didukung dengan penelitian sebelumnya oleh Annisania & Nursanti (2024) bahwa penelitian terdahulu banyak mengkaitkan *academic hardiness* dengan berbagai variabel, seperti *self-efficacy* (S. Cassidy, 2015), dukungan sosial teman sebaya (Sari & Indrawati, 2016), dukungan sosial dosen (Ahmed et al., 2018), prokrastinasi akademik (Sulastris & Yusra., 2023), stress akademik (Aprililla, 2024) dan motivasi belajar (Amalia & Hendriani, 2017).

Self-regulated learning melibatkan kemampuan mahasiswa untuk memantau dan mengevaluasi secara kritis perkembangan pembelajaran mereka. Hal ini sejalan dengan pendapat (Masnawati et al., 2023) yang menjelaskan bahwa mahasiswa yang mampu memantau diri secara efektif dapat mengidentifikasi kekuatan dan kelemahan dalam pembelajaran, sehingga mereka dapat melakukan perubahan dan penyesuaian yang diperlukan. Dengan adanya *self-regulated learning* yang baik, maka akan terbentuk ketahanan kepribadian (*hardiness*) pada mahasiswa, yang menjadi alasan peneliti memilih konsep *self-regulated learning*.

Peneliti kemudian melakukan wawancara awal dengan 11 informan yaitu mahasiswa/i aktif yang merantau di Universitas Kristen Satya Wacana, pada bulan Juni 2024-Januari 2025 untuk mengetahui apakah terdapat masalah terkait ketahanan akademik di kalangan mahasiswa/i perantau aktif di Universitas Kristen Satya Wacana. Berdasarkan data awal yang diperoleh, 8 dari 11 informan

mengungkapkan kesulitan dalam menghadapi tantangan akademik karena kurangnya pengaturan diri dalam belajar. Sementara itu, 3 dari 11 informan merasa mampu mengatasi tantangan akademik karena mereka meningkatkan pengendalian diri dalam proses pembelajaran. Hasil wawancara menunjukkan bahwa sejumlah mahasiswa/i perantau di Universitas Kristen Satya Wacana mengalami kesulitan dalam menghadapi tantangan akademik, yang mengindikasikan bahwa mereka membutuhkan *academic hardiness* untuk dapat mengatasi permasalahan yang dihadapi. Hal ini sesuai dengan temuan dalam penelitian Femi Pasangkin & Arthur Huwae, 2022, yang menyatakan bahwa kepribadian *hardiness* dapat membantu mahasiswa/i beradaptasi dan bertahan dalam menghadapi tekanan akademik.

Menurut Benishek et al., 2005 *academic hardiness* merujuk pada ketahanan individu dalam menghadapi tantangan akademik. *Academic hardiness* merupakan salah satu ciri kepribadian yang menggambarkan ketahanan mahasiswa terhadap kegagalan akademik mereka, serta menunjukkan perbedaan yang jelas antara mahasiswa yang menghindari tantangan akademik dan mahasiswa yang justru mengejar tantangan tersebut (Wardani, 2020). Karakteristik *academic hardiness* sangat penting bagi mahasiswa perantau, karena dengan memiliki sifat tersebut, mereka dapat bertahan dalam sistem pendidikan yang ada dan mampu menyelesaikan tugas serta tantangan yang dihadapi dengan maksimal. Hal ini didukung oleh pendapat Kreitner & Kinicki (dalam Muhammad, 2022), yang menyatakan bahwa karakteristik *hardiness* pada individu dapat berperan dalam mengubah stres negatif menjadi positif. Menurut Skomorovsky dan Sodom (2011) (dalam Kurnia & Ramadhani, 2021) menyatakan bahwa kepribadian memegang peranan penting bagi setiap individu dalam menghadapi situasi penuh tekanan, salah satunya adalah *hardiness*. *Academic hardiness* juga sangat penting dimiliki oleh mahasiswa perantau agar mereka dapat mengurangi dampak negatif dari masalah yang muncul dalam pendidikan yang dijalani, serta mampu menghadapi tantangan akademik dengan lebih baik.

Penelitian yang dilakukan oleh Kamtsios & Karagiannopoulou (dalam Malla Avila, 2022) mendalami *academic hardiness* pada 478 mahasiswa di Yunani. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 38,65% mahasiswa memiliki hubungan antara sifat *academic hardiness* dan nilai rata-rata mahasiswa (IPK). Nilai rata-rata mahasiswa merupakan salah satu tantangan yang dihadapi, karena untuk memperoleh nilai yang baik dibutuhkan usaha yang signifikan. Hal ini sejalan dengan temuan dalam penelitian sebelumnya oleh Handayani & Nirmalasari (dalam Agustina & Deastuti, 2023), yang menyatakan bahwa mahasiswa non-perantau umumnya menghadapi tingkat stres sedang, sedangkan mahasiswa perantau lebih banyak yang menghadapi tingkat stres berat. Oleh karena itu, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa perantau sangat membutuhkan kepribadian *academic hardiness* untuk mengatasi setiap permasalahan atau tekanan akademik yang mereka hadapi. Selain itu, ketahanan dalam menghadapi tantangan akademik juga memerlukan optimisme pada diri mahasiswa. Hal ini di

dukung oleh Scheier dan Carver (dalam Suryadi et al., 2021) optimisme adalah keyakinan individu terhadap nilai positif suatu kejadian di masa depan.

Selain itu, terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya keterampilan *academic hardiness* pada mahasiswa. Menurut Malla Avila (2022), yang merujuk pada pendapat Kobasa & Maddi (2002), terdapat dua faktor utama, yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal mencakup dukungan dari orang-orang sekitar yang meyakini bahwa individu mampu mengatasi kesulitan dan menghadapi tantangan. Sedangkan faktor internal berkaitan dengan kemampuan individu untuk mengenali potensi diri dalam mengatasi kesulitan dan bertahan dalam situasi stres di bidang pendidikan, yang memungkinkan mereka mengembangkan kepribadian yang kuat serta kemampuan untuk mengatur diri sendiri dalam belajar, sehingga dapat menguasai kegiatan pembelajaran secara aktif. Selain itu, faktor lain yang mempengaruhi *academic hardiness* mencakup citra diri yang positif, keterampilan komunikasi, dan kemampuan dalam membuat rencana yang realistis, menurut Florian, Mikulincer, dan Taubman (dalam Malla Avila, 2022). Hal ini terjadi karena adanya kemampuan mahasiswa untuk mengatur diri dalam mencapai tujuan pembelajaran, sehingga mereka dapat mengontrol tingkat stres akademik. Kemampuan untuk mengatur diri ini dikenal dengan istilah *self-regulated learning*.

Karakteristik *academic hardiness* dapat berkembang jika individu memiliki *self-regulated learning* yang baik dalam bidang pendidikan. *Self-regulated learning* adalah proses aktif dan konstruktif di mana individu menetapkan tujuan untuk proses pembelajaran dan berusaha untuk memantau, menyesuaikan, serta mengendalikan kognisi, motivasi, dan perilaku mereka, yang diarahkan oleh tujuan mereka serta dibatasi oleh faktor kontekstual yang ada di lingkungan (Wolters, 2003). *Self-regulated learning* adalah cara individu mengontrol dirinya sendiri secara metakognitif, motivasional, serta perilaku untuk terlibat secara aktif dalam proses pembelajaran (Zimmerman, 1990). *Self-regulated learning* (SRL) berfungsi sebagai kemampuan untuk mengatur proses pembelajaran secara mandiri, sehingga individu dapat mencapai hasil belajar yang optimal (Puji Lestari et al., 2022). Mahasiswa perantau juga harus memiliki keyakinan (efikasi diri) dalam mencapai suatu tujuan yang dihadapi dalam dunia pendidikan, karena efikasi diri bisa menjadi fondasi penting bagi keberhasilan regulasi diri dalam belajar. Hal tersebut sejalan dengan penelitian oleh Nisa et al., (2022) menjelaskan bahwa efikasi diri juga mencakup harapan individu terhadap keberhasilan atau penguasaan diri.

Terdapat penelitian sebelumnya yang mendukung penelitian ini yang dilakukan oleh Jaleel (dalam Shiddiq & Rizal, 2021) yang menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tingkat *self-regulated learning* yang tinggi dapat terlihat dari kemampuan mereka dalam mengelola kegiatan pembelajaran secara teratur dan menentukan strategi belajar yang tepat untuk setiap mata pelajaran, sehingga mahasiswa tersebut dapat mengurangi stres akademik yang dihadapinya di perguruan tinggi. Selain itu, menurut Hamonangan &

Widyarto (2019) (dalam Saufi et al., 2022) menjelaskan juga bahwa untuk mencapai sasaran pembelajaran, perlunya *self-regulated learning* yang tinggi agar individu dapat secara aktif mengatur pemahaman, emosi, dan perilakunya sendiri. Mahasiswa dengan kemampuan *self-regulated learning* yang baik umumnya unggul dalam perencanaan, pengelolaan stres, dan evaluasi diri, sehingga mereka lebih tangguh menghadapi tantangan akademik (Tazky et al., 2025).

Oleh karena itu, mahasiswa perantau yang memiliki kemampuan *self-regulated learning* yang tinggi memiliki peluang lebih kecil untuk mengalami stres, karena mereka mampu mengendalikan diri selama proses pembelajaran. *Self-regulated learning* perlu ditanamkan pada individu agar mahasiswa dapat membangun kepribadian *academic hardiness* yang optimal, sehingga mereka dapat beradaptasi dengan lingkungan baru dan mengikuti sistem pendidikan yang berbeda dari daerah asalnya.

Berdasarkan penjelasan di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-regulated learning* dengan *academic hardiness* pada mahasiswa/i aktif perantau di Universitas Kristen Satya Wacana. Terdapat penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Malla Avila (2022) yang membahas tentang *academic hardiness* dengan subjek mahasiswa tingkat akhir. Penelitian tersebut menyatakan bahwa terdapat hubungan antara *self-regulated learning* dengan *academic hardiness* pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi. Sementara itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji apakah terdapat hubungan antara *self-regulated learning* dengan *academic hardiness* pada mahasiswa/i aktif perantau di Universitas Kristen Satya Wacana, mengingat kampus tersebut dikenal dengan julukan "Indonesia Mini."

Universitas Kristen Satya Wacana dikenal sebagai kampus "Indonesia Mini" karena keberagaman pengajar dan mahasiswanya yang berasal dari berbagai latar belakang agama, suku, ras, serta budaya yang beragam, yang tercermin dalam kehidupan kampus UKSW (Wibisono, 2023). Berdasarkan penjelasan tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang mengkaji hubungan antara *self-regulated learning* dengan *academic hardiness* pada mahasiswa aktif perantau di Universitas Kristen Satya Wacana, mengingat adanya beragam kepribadian individu dari berbagai suku dan budaya di Indonesia.

METODE PENELITIAN

Metode Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain analisis korelasional untuk menguji hubungan antara dua variabel. Data dikumpulkan menggunakan skala ordinal jenis Likert melalui kuesioner yang disebar melalui *Google Form*. Skala *self-regulated learning* (SSRL) berdasarkan teori Zimmerman yang diadaptasi oleh Bata & Huwae, 2023 terdiri dari 25 aitem dengan nilai *Cronbach's Alpha* 0,925. Skala *academic hardiness* (AHS) berdasarkan teori (Benishek et al., 2005) terdiri dari 18 aitem dengan nilai *Cronbach's Alpha* 0,890. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa perantau Universitas Kristen Satya Wacana (UKSW), dengan sampel 140 mahasiswa yang

dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, teknik *Purposive sampling* yaitu suatu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu, berdasarkan kriteria tertentu sesuai dengan kebutuhan peneliti, sehingga mewakili informasi yang diinginkan peneliti, maka dari itu partisipan yang sesuai dengan kriteria dapat digunakan sebagai sampel penelitian (Sugiyono, 2019). Teknik analisis data dilakukan menggunakan *software IBM SPSS* versi 24.0 for Windows.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Karakteristik Responden

No	Klasifikasi Partisipan	Keterangan	N	Presentase
1.	Jenis Kelamin	Laki-Laki	63	45 %
		Perempuan	77	55 %
Total			140	100%
2.	Usia	19	28	20 %
		20	36	25,7 %
		21	35	25 %
		22	18	12,9 %
		23	16	11,4 %
		24	4	2,9 %
		25	3	2,1 %
Total			140	100%
3.	Asal Fakultas	FID	3	2,14%
		FISKOM	6	4,29%
		FKIK	8	5,71%
		FEB	14	10%
		FTI	30	21,43%
		FPSI	40	28,58%
		FH	6	4,29%
		FTEK	1	0,71%
		FTEOL	18	12,86%
		FPB	2	1,43%
FKIP	9	6,43%		
FBS	1	0,71%		
FBIO	1	0,71%		
FSM	1	0,71%		

Total		140	100%
4. Asal Pulau	Papua	10	7,14%
	Maluku	15	10,71%
	Riau	5	3,57%
	Sumatra	18	12,86%
	Sulawesi	33	23,57%
	Kalimantan	34	24,29%
	Nusa Tenggara	25	17,86%
	Total	140	100%

$23 \leq x \leq 46$	Rendah	1	0,71%
$46 \leq x \leq 69$	Sedang	70	50%
$69 \leq x \leq 92$	Tinggi	69	49,29%
Jumlah		140	100%
Interval Academic hardiness	Kategori	N	Persentase
$10 \leq x \leq 20$	Rendah	1	0,71%
$20 \leq x \leq 30$	Sedang	79	56,43%
$30 \leq x \leq 40$	Tinggi	60	42,86%
Jumlah		140	100%

Berdasarkan data terdapat 140 partisipan dalam penelitian ini, sebagian besar (55%) adalah perempuan. Rentang usia partisipan 19-25 tahun, dengan proporsi terbesar pada usia 20 tahun (25,7%). Penelitian ini berfokus pada mahasiswa rantau UKSW dari luar Jawa, melibatkan 14 fakultas (terbanyak FPSI, 28,58%) dan partisipan dari berbagai pulau di luar Jawa (terbanyak Kalimantan, 24,29%, dan Sulawesi, 23,57%).

Tabel 2. Uji Statistika Deskriptif

	N	Minimu m	Maxi mum	Mean	Std. Deviation
Self-regulated learning	140	43	92	70,15	9,911
Academic hardiness	140	18	40	29,30	4,257
Valid N (listwise)	140				

Penelitian ini memperoleh hasil analisis statistik deskriptif mengenai *self-regulated learning* yang tercantum dalam tabel 1, menunjukkan bahwa dari 140 partisipan, skor mereka bervariasi dengan nilai minimum 43, maksimum 92, dan standar deviasi 9,911. Rata-rata skor yang diperoleh adalah 70,15. Sedangkan untuk data statistika deskriptif mengenai *academic hardiness*, dengan jumlah partisipan yang sama mencatat bahwa skor minimum 18, maksimum 40, dengan standar deviasi 4,257, dan rata-rata skor 29,30. Berdasarkan data tersebut, dilakukan kategorisasi variabel penelitian sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil Uji Kategori

Interval <i>Self-regulated learning</i>	Kategori	N	Persentase
---	----------	---	------------

Hasil data pada tabel 2, menunjukkan bahwa tingkat *self-regulated learning* dari 140 partisipan terbagi menjadi tiga kategori: tinggi, sedang, dan rendah. Pada kategori tinggi mencakup 49,29% (69 partisipan), kategori sedang 50% (70 partisipan), dan kategori rendah 0,71% (1 partisipan). Dengan demikian, sebagian besar partisipan berada dalam kategori sedang, yang memiliki persentase tertinggi, yakni 50%. Selanjutnya, data menunjukkan bahwa tingkat *academic hardiness* dari 140 partisipan terbagi menjadi tiga kategori: tinggi, sedang, dan rendah. Kategori tinggi mencakup 42,86% (60 partisipan), kategori sedang 56,43% (79 partisipan), dan kategori rendah 0,71% (1 partisipan). Mayoritas partisipan berada pada kategori sedang, dengan persentase 56,43%. Secara keseluruhan, jumlah sampel yang dianalisis sebanyak 140 partisipan, yang mewakili 100% dari data yang tersedia. Setelah melakukan uji statistika deskriptif, peneliti melakukan uji asumsi meliputi uji normalitas, uji linieritas, serta uji hipotesis. Hasil sebagai berikut:

Tabel 4. Uji Normalitas

	<i>Self-regulated learning</i>	<i>Academic hardiness</i>
Kolmogorov-Smirnov Z	0,070	0,106
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,087	0,001

Berdasarkan hasil uji normalitas pada tabel 3, variabel *self-regulated learning* memperoleh nilai K-S-Z 0,070 dengan sig. = 0,087 ($p > 0,05$), yang menunjukkan distribusi normal. Sementara itu, variabel *academic hardiness* memperoleh nilai K-S-Z 0,106 dengan sig. = 0,001 ($p < 0,05$), yang menunjukkan distribusi tidak normal. Dengan adanya salah satu variabel tidak terdistribusi normal, pengujian menggunakan *Spearman's Rho*, karena teknik tersebut tidak mensyaratkan terdistribusi normal dan lebih kuat untuk digunakan pada data yang tidak terdistribusi secara normal (Setiawati et al., 2021).

Tabel 5. Uji Linieritas

		F	Sig.
Academic Hardiness * SRL	Between Groups	1,546	0,045
	Linearity	16,577	0,000
	Deviation from Linearity	1,128	0,314
	Within Groups		
	Total	2519,400	139

Berdasarkan hasil pengujian normalitas pada tabel 4, memperoleh nilai F_{hitung} sebesar 16,577 dengan sig = 0,000 ($p < 0,05$) menunjukkan bahwa *self-regulated learning* dengan *academic hardiness* pada mahasiswa aktif perantau di Universitas Kristen Satya Wacana (UKSW) adalah linier.

Tabel 6. Uji Hipotesis

		Self-regulated learning	Academic Hardiens
Spearman's rho	Self-regulated learning	Correlat ion Coefficient	1,000
		Sig. (1-tailed)	0,287**
		N	0,001
			140

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

Berdasarkan uji korelasi pada tabel 5, ditemukan bahwa *self-regulated learning* memiliki hubungan signifikan dengan *academic hardiness*, dengan nilai koefisien korelasi (sig. 2-tailed) sebesar $0,001 < 0,01$ ($p < 0,01$). Hal ini menunjukkan hubungan positif yang signifikan antara kedua variabel. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,287 mengindikasikan bahwa hubungan antara *self-regulated learning* dengan *academic hardiness* bersifat positif, namun dengan korelasi yang lemah.

Hasil dari tabel 6, juga menunjukkan arah hubungan antara variabel *self-regulated learning* dengan *academic hardiness*, dengan koefisien korelasi positif 0,287, yang menunjukkan hubungan searah. Hal ini berarti bahwa semakin baik *self-regulated learning* individu, semakin baik pula kemampuan *academic hardiness*-nya. Pengujian juga menunjukkan bahwa variabel *self-regulated learning* memberikan kontribusi efektif sebesar 8,23% (r^2) terhadap

academic hardiness, sementara 91,77% dipengaruhi oleh faktor lain. Ini menjelaskan bahwa *self-regulated learning* merupakan faktor yang berhubungan dengan peningkatan kemampuan *academic hardiness* pada mahasiswa perantau aktif di Universitas Kristen Satya Wacana (UKSW).

Tabel 7. Uji Korelasi Sperman

		Correlations						
		Metakognisi	Motivasi	Perilaku	Commitment	Control	Challenge	
Spearman's rho	Metakognisi	Correlation Coefficient	1,000	,733**	,764**	,383**	,061	,089
		Sig. (2-tailed)	.	,000	,000	,000	,475	,294
		N	140	140	140	140	140	140
	Motivasi	Correlation Coefficient	,733**	1,000	,678**	,521**	,068	,089
		Sig. (2-tailed)	,000	.	,000	,000	,423	,296
		N	140	140	140	140	140	140
	Perilaku	Correlation Coefficient	,764**	,678**	1,000	,336**	,053	,030
		Sig. (2-tailed)	,000	,000	.	,000	,533	,725
		N	140	140	140	140	140	140
	Commitment	Correlation Coefficient	,383**	,521**	,336**	1,000	,180*	,151
		Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	.	,033	,074
		N	140	140	140	140	140	140
	Control	Correlation Coefficient	,061	,068	,053	,180*	1,000	,370**
		Sig. (2-tailed)	,475	,423	,533	,033	.	,000
		N	140	140	140	140	140	140
	Challenge	Correlation Coefficient	,089	,089	,030	,151	,370**	1,000
		Sig. (2-tailed)	,294	,296	,725	,074	,000	.
		N	140	140	140	140	140	140

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

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

Berdasarkan Tabel 7. dari perhitungan setiap aspek pada *self-regulated learning* terhadap *academic hardiness*, diperoleh koefisien korelasi antara aspek metakognisi dengan *academic hardiness* sebesar 0,240 dengan nilai sig = 0,004 ($p < 0,01$) yang berarti terdapat hubungan yang positif signifikan antara *academic hardiness* dan metakognisi pada mahasiswa perantau di UKSW. *Academic hardiness* dengan aspek motivasi juga memiliki koefisien korelasi sebesar 0,323 dengan nilai sig = 0,000 ($p < 0,01$) yang menandakan bahwa terdapat hubungan yang positif signifikan pada *academic hardiness* dan aspek motivasi. Selanjutnya, didapatkan juga hasil *academic hardiness* dengan aspek perilaku dengan koefisien korelasi 0,186 dengan nilai sig = 0,028 ($p > 0,01$) yang memiliki arti bahwa terdapat hubungan yang positif namun tidak signifikan antara *academic hardiness* dengan perilaku.

Kemudian perhitungan setiap aspek pada *self-regulated learning* terhadap *academic hardiness*, diperoleh koefisien korelasi antara aspek metakognisi dengan aspek *commitment* sebesar 0,382 dengan nilai sig = 0,000 ($p < 0,01$) yang berarti terdapat hubungan yang positif signifikan antara metakognisi dan *commitment* pada mahasiswa perantau di UKSW. Aspek Metakognisi dengan aspek *control* koefisien korelasi 0,061 dengan sig = 0,475 ($p > 0,001$) yang berarti tidak ada hubungan positif signifikan antara metakognisi dengan *control*. Selanjutnya, koefisien korelasi aspek metakognisi dengan aspek *challenge* sebesar 0,089 dengan sig. = 0,294 ($p > 0,001$) yang berarti tidak ada hubungan positif antara aspek metakognisi dengan *challenge*.

Perhitungan setiap aspek pada *self-regulated learning* terhadap *academic hardiness*, diperoleh koefisien korelasi antara aspek motivasi dengan aspek *commitment* sebesar 0,521 dan sig. = 0,000 ($p < 0,001$) yang berarti ada hubungan positif aspek motivasi dengan aspek *commitment*. Kemudian aspek motivasi dengan aspek *control* memperoleh koefisien korelasi sebesar 0,068 dan sig. = 0,423 ($p > 0,001$) yang berarti tidak ada hubungan positif antara aspek motivasi dengan *control*. Selanjutnya, aspek motivasi dengan aspek *challenge* koefisien korelasi sebesar 0,089 dan sig. = 0,296 ($p > 0,001$) yang berarti tidak ada hubungan positif antara aspek motivasi dengan aspek *challenge*.

Perhitungan setiap aspek pada *self-regulated learning* terhadap *academic hardiness*, diperoleh koefisien korelasi antara aspek perilaku dengan aspek *commitment* sebesar 0,336 dan sig. = 0,000 ($p < 0,001$) yang berarti ada hubungan positif aspek perilaku dengan aspek *commitment*. Kemudian aspek perilaku dengan aspek *control* memperoleh koefisien korelasi sebesar 0,053 dan sig. = 0,533 ($p > 0,001$) yang berarti tidak ada hubungan positif antara aspek perilaku dengan *control*. Selanjutnya, aspek perilaku dengan aspek *challenge* koefisien korelasi sebesar 0,030 dan sig. = 0,725 ($p > 0,001$) yang berarti tidak ada hubungan positif antara aspek perilaku dengan aspek *challenge*.

PEMBAHASAN

Pembahasan sebagai kondisi psikologis yang berkaitan erat dengan kemampuan individu untuk mengendalikan dan mengarahkan proses belajarnya sendiri.

Dengan konteks individu secara aktif memantau, mengatur, dan mengevaluasi pembelajaran untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Hal ini sesuai dengan penjelasan oleh Wolters et al., n.d., (2005) bahwa pembelajaran mandiri (*self-regulated learning*) merupakan suatu proses yang aktif dan konstruktif di mana sebagai mahasiswa menentukan tujuan pembelajarannya dan selalu berusaha memantau, mengatur, dan mengontrol kognisi, motivasi, dan perilakunya, dipandu dan dibatasi oleh tujuan dan fitur kontekstualnya di lingkungan. Kemudian melalui regulasi diri (*Self-Regulated*), mahasiswa memiliki kemampuan untuk mengelola diri dalam mengupayakan tindakan-tindakan yang menghasilkan dampak positif (Tasiabe et al., 2024).

Menurut Hediati (2020) (dalam Marandof & Serajar, 2024) mahasiswa perantau harus beradaptasi dengan kondisi baru seperti jauh dari orang tua, perbedaan sistem pertemanan dan cara berkomunikasi, serta penyesuaian terhadap norma sosial di lingkungan baru. Salah satu cara untuk bertahan dalam proses akademik, mahasiswa perlu memiliki kemampuan *self-regulated learning* yang baik guna mencapai kesuksesan. Hal ini sejalan dengan temuan penelitian Liana Puspita & Rustika (dalam Fitria et al., 2024), yang menyatakan bahwa pendidikan perguruan tinggi mengharuskan mahasiswa untuk memiliki kemampuan belajar mandiri, dan *self-regulated learning* menjadi kunci utama kesuksesan akademik.

Berdasarkan skor yang diperoleh oleh masing-masing partisipan, sebagian besar mahasiswa aktif perantau di Universitas Kristen Satya Wacana (UKSW) memiliki *self-regulated learning* pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa tersebut cukup mampu menghadapi tantangan akademik, seperti mengatur diri dalam belajar mandiri, mengelola stres akademik, menetapkan strategi belajar yang efektif, serta menyesuaikan dengan kemampuan diri. Dengan kemampuan ini, mahasiswa perantau dapat mengatasi permasalahan yang ada dan tetap bertahan dalam proses pembelajaran di perguruan tinggi. Temuan ini didukung oleh penelitian Masrifah & Hendriani, (2022), yang menyatakan bahwa *self-regulated learning* membantu mahasiswa mengatasi hambatan akademik, mengelola stres, dan merancang strategi belajar yang efektif untuk menghadapi tugas akademik yang kompleks. Kemudian menurut Barry J. Zimmerman & Scunk (2011) (dalam Anisa et al., 2021) menyatakan bahwa *self-regulated learning* merupakan kemampuan siswa untuk secara sistematis menerapkan dan mempertahankan pemikiran, emosi, dan perilaku mereka guna mencapai tujuan belajar. *Self-regulated learning* menjadi penting bagi mahasiswa dalam menghadapi banyak kendala, membantu mereka menjadi lebih tekun, fokus, disiplin, dan cakap dalam memperoleh pengetahuan sendiri (Oyelere, Olaleye, Balogun, & Tomczyk, 2021).

Penerapan kemampuan *self-regulated learning* melalui metakognisi yang ditunjukkan individu tampaknya berhubungan dengan *academic hardiness*. Hal ini terlihat dari bagaimana partisipan dapat mencapai hasil belajar kognitif melalui kemandirian dalam belajar. Kemampuan untuk belajar secara mandiri dapat tercapai jika individu memiliki keterampilan metakognisi. Peserta didik dengan tingkat

kesadaran metakognitif tinggi mampu merencanakan strategi belajar yang sesuai dengan kebutuhan pribadi, memantau perkembangan belajar, serta melakukan evaluasi diri secara rutin (Wardana et al., 2020). Mahasiswa yang memiliki metakognisi yang baik mampu berpikir secara kritis dan mengambil keputusan yang tepat. Dengan demikian, mahasiswa dapat bertahan dalam proses akademik (*academic hardiness*) karena memiliki pola pikir positif dan mampu mengelola stres saat menghadapi tantangan akademik. Temuan ini sejalan dengan penelitian Benard, B. (dalam Masrifah & Hendriani, 2022) yang menyatakan bahwa individu dengan kemampuan sosial, keterampilan hidup yang baik, dan kemampuan berpikir kritis cenderung memiliki tingkat ketahanan yang tinggi. Selain itu, metakognisi dengan *academic hardiness* memiliki hubungan positif dan signifikan dilihat dari hasil uji korelasi *spearman*.

Selanjutnya, motivasi juga menunjukkan hubungan dengan *academic hardiness*, terlihat dari kemampuan mahasiswa aktif perantau di Universitas Kristen Satya Wacana (UKSW) dalam mencari dan menerapkan strategi belajar yang efektif. Kemampuan memilih dan menggunakan strategi yang tepat dapat meningkatkan keyakinan diri dan kontrol diri dalam mengatasi tantangan akademik. Mahasiswa dengan motivasi tinggi juga cenderung mampu menerima kegagalan, hasil buruk, atau penilaian negatif, dan tetap bertahan dalam proses akademik serta melakukan evaluasi. Oleh karena itu, motivasi sangat penting untuk keberhasilan akademik dan ketahanan dalam proses akademik. Motivasi belajar juga berperan besar dalam pencapaian akademik, namun penurunan motivasi akibat kemunduran dapat menghambatnya. Maka, penting untuk meningkatkan motivasi mahasiswa agar dapat bertahan dalam tekanan akademik. Selain itu, mahasiswa yang memiliki motivasi belajar akan memiliki sifat optimisme yang baik dan akan membantu mahasiswa dalam menghadapi tantangan akademik. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Molinero dkk (2018) (dalam Rikumahu & Rahayu, 2022), yang menunjukkan bahwa optimisme secara signifikan memprediksi tingkat ketahanan diri mereka. Motivasi belajar juga dapat membentuk kemampuan *academic hardiness*, di mana mahasiswa dengan motivasi belajar yang baik akan mencapai hasil belajar yang optimal. Temuan ini sejalan dengan penelitian Pratama, (2022), yang menyatakan bahwa peningkatan motivasi belajar berpengaruh pada kemampuan *academic hardiness* dan hasil belajar. Selain itu, penelitian Cole, dkk., (dalam Arsyad et al., 2022) menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tingkat *hardiness* tinggi lebih termotivasi dalam pembelajaran dan memiliki komitmen yang lebih besar dibandingkan mahasiswa dengan *hardiness* rendah. Hal tersebut juga menjelaskan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara motivasi dengan *academic hardiness*.

Selanjutnya, perilaku juga menunjukkan hubungan dengan *academic hardiness*, terlihat dari kemampuan mahasiswa aktif perantau di Universitas Kristen Satya Wacana (UKSW) untuk mengendalikan diri dan bertahan dalam menghadapi kesulitan akademik. Perilaku memiliki peran penting dalam membentuk kemampuan *academic hardiness* individu. Temuan ini sejalan dengan penelitian

Wahida et al., (2022), yang menyatakan bahwa hasil belajar mencerminkan pencapaian akademik mahasiswa secara keseluruhan, yang menjadi indikator kompetensi serta perubahan perilaku mahasiswa. Menurut Kobasa (1979) (dalam Agustina & Deastuti, 2023) *hardiness* adalah karakteristik kepribadian untuk melakukan pengendalian atau perlawanan dari tekanan ataupun stres. Maka dengan individu memiliki *hardiness*, individu tersebut akan memiliki perilaku pengendalian dan perlawanan dalam setiap tantangan yang dihadapi individu. Selain itu, menurut Santrock (2011:292) (dalam Sari Adinda Maulida et al., 2023) juga menyatakan bahwa *self-regulated learning* melibatkan pembentukan dan pengelolaan pikiran, perasaan, serta perilaku untuk mencapai tujuan.

Hal itu berarti mahasiswa dengan *academic hardiness* tinggi cenderung menunjukkan perilaku tangguh, seperti tidak mudah menyerah, sehingga mereka mampu bertahan dalam perkuliahan dan memandang tantangan akademik secara positif. Mereka melihat kesulitan sebagai bagian hidup, berkomitmen untuk bertahan, dan mampu mengontrol perilaku saat menghadapi tantangan. Dengan *academic hardiness* yang baik, masalah dan tekanan akademik dipandang sebagai kesempatan berkembang. Meskipun ada hubungan positif antara perilaku dan *academic hardiness*, signifikansinya masih lemah.

Kemampuan *self-regulated learning* pada mahasiswa aktif perantau di Universitas Kristen Satya Wacana (UKSW) sangat penting untuk membantu mereka menjalankan peran sebagai mahasiswa dan bertanggung jawab atas setiap tugas perkuliahan. Namun, mahasiswa aktif perantau sering menghadapi berbagai permasalahan, hambatan, dan tantangan akademik, seperti perbedaan dalam proses belajar, perbedaan budaya, serta lingkungan baru yang membutuhkan adaptasi. Oleh karena itu, *self-regulated learning* perlu dikembangkan agar mahasiswa mampu bertahan dalam menghadapi tuntutan akademik dan menyelesaikan permasalahan serta tantangan yang dihadapi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rachmah (dalam Bata & Huwae, 2023), yang menjelaskan bahwa mahasiswa dengan *self-regulated learning* yang baik akan lebih mampu memenuhi berbagai tuntutan yang mereka hadapi di perguruan tinggi. Mahasiswa dengan kemampuan *self-regulated learning* yang baik mampu mengatur pikiran, motivasi, dan perilaku mereka. Selain itu, mereka bertanggung jawab dan sadar dalam mengelola waktu belajar, serta mandiri dalam mengevaluasi kinerja mereka (Maulidiyah et al., 2024). Kemampuan mahasiswa dalam mengatur diri (*self-regulated learning*) dalam belajar berkorelasi positif dengan pencapaian akademik yang tinggi (Faruq & Daliman, 2021).

Strategi *self-regulated learning* adalah pendekatan yang dapat membantu mahasiswa perantau dalam mengontrol, mengarahkan, dan memantau proses pembelajaran secara mandiri. Penelitian Karimi, dkk., (dalam Masrifah & Hendriani, 2022), menyatakan bahwa strategi ini memungkinkan mahasiswa untuk mengoptimalkan keterampilan belajar, seperti mengatur, menetapkan, dan mengevaluasi proses belajar guna mencapai tujuan

pembelajaran. Dengan demikian, strategi *self-regulated learning* dapat mendorong cara berpikir yang lebih baik dan berkontribusi pada pencapaian prestasi akademik. Hal ini juga dapat meningkatkan ketahanan akademik serta menciptakan lingkungan belajar yang lebih efektif. Mahasiswa yang punya *self-regulated learning* yang baik akan memilih dan menerapkan metode belajar mandiri supaya tujuan akademik mereka tercapai (Maulidiyah et al., 2024). Kemudian terdapat riset yang dilakukan oleh Karimi, Abedi, dan Farahbakhsh (2014) (dalam Masrifah & Hendriani, 2022) menunjukkan bahwa mahasiswa yang menggunakan strategi *self-regulated learning* dapat memperkuat keterampilan belajar mereka di kelas dan perkuliahannya.

Selain itu, *self-regulated learning* memungkinkan seseorang untuk tidak hanya bergantung pada lingkungan, tetapi juga aktif mengembangkan strategi belajar dan memaksimalkan potensi belajarnya untuk mencapai kinerja terbaik. Hal tersebut sejalan dengan penjelasan menurut Bokaerts (1996) (dalam Yazidsyah & Harahap, 2023) bahwa *self-regulated learning* mencakup hasrat seseorang untuk mencapai tujuan, pengakuan terhadap nilai diri, semangat untuk berjuang, dedikasi, kemampuan mengatur waktu, pemahaman metakognitif, serta penerapan strategi yang berhasil.

Kemudian ada keterbatasan dalam penelitian ini meliputi kurangnya penyebaran kuesioner secara merata di setiap fakultas di Universitas Kristen Satya Wacana (UKSW), sehingga partisipan yang diperoleh tidak mencerminkan keseluruhan populasi yang seharusnya. Selain itu, kuesioner juga tidak tersebar secara merata di berbagai pulau di luar Jawa, yang menjadi batasan lain dalam penelitian ini. Kemudian yang diharapkan penelitian ini menghasilkan kategori tinggi pada *self-regulated learning* dan *academic hardiness* namun, hasil penelitian menunjukkan bahwa keduanya berada pada kategori sedang. Keterbatasan lainnya adalah meskipun hasil data menunjukkan hubungan positif antara *self-regulated learning* dan *academic hardiness*, tingkat keterhubungannya masih relatif lemah. Oleh karena itu, partisipan diharapkan terus melatih dan menerapkan kemampuan self-regulated learning serta *academic hardiness* dalam proses akademik di perguruan tinggi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat hubungan positif yang signifikan antara *self-regulated learning* dengan *academic hardiness* pada mahasiswa aktif perantau di Universitas Kristen Satya Wacana (UKSW). Mahasiswa perantau dinilai cukup baik dalam mengembangkan metakognisi, memiliki motivasi, serta menunjukkan perilaku positif dalam menghadapi tantangan akademik, sehingga meningkatkan *academic hardiness* individu. Mahasiswa perantau dengan *self-regulated learning* yang baik cenderung memiliki tingkat kepribadian *academic hardiness* yang tinggi. *Self-regulated learning* memberikan pengaruh signifikan terhadap kemampuan tersebut, dengan sumbangan efektif sebesar 8,23% (r^2), sementara 91,77% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti. Selain itu, Penelitian ini

memberikan saran kepada mahasiswa dan peneliti selanjutnya. Peneliti berikutnya disarankan melibatkan partisipan yang lebih proporsional dari berbagai fakultas, mempertimbangkan variasi usia dan latar belakang demografis untuk meningkatkan generalisasi hasil yang lebih luas. Mahasiswa juga disarankan mengembangkan kemampuan *self-regulated learning*, dengan cara mengikuti pelatihan, agar mampu mengelola pembelajaran secara mandiri dan efektif agar memperkuat kepribadian *academic hardiness*.

REFERENSI

- Agustina, M. ., & Deastuti, P. W. . (2023). Hardiness dan stres akademik pada mahasiswa rantau. *IDEA: Jurnal Psikologi*, 7(1), 34–45. <https://doi.org/>
- Anisa, Magfirah, N., & Thahir, R. (2021). Peranan Self Efficacy dan Self Regulated Learning Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa (The Role of Self Efficacy and Self Regulated Learning on Student Academic Achievement). *BIODIK: Jurnal Ilmiah Pendidikan Biologi*, 7(2), 63–70. <https://online-journal.unja.ac.id/biodik/article/view/12824/11183>
- Annisania, V., & Nursanti, A. (2024). Student Engagement dengan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa Tingkat Awal. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 23(3), 296–305.
- Arsyad, M., Sulistiyana, & Setyowati, E. (2022). Analisis Academic Hardiness pada Mahasiswa FKIP ULM Angkatan 2018. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling : Theory and Application*, 11(2), 35–43.
- Bata, S. A., & Huwae, A. (2023). Grit dan Regulasi Diri Dalam Belajar Pada Mahasiswa Tahun Pertama. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(01), 310–321. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i01.4771>
- Benishek, L. A., Feldman, J. M., Shipon, R. W., Mecham, S. D., & Lopez, F. G. (2005). Development and evaluation of the revised academic hardiness scale. *Journal of Career Assessment*, 13(1), 59–76. <https://doi.org/10.1177/1069072704270274>
- Faruq, & Daliman. (2021). Pelatihan Self Regulated Learning Untuk Meningkatkan Prestasi Matematika Siswa SMP. *Abdimas Dewantara*, 4(2), 38–49.
- Femi Pasangkin, & Arthur Huwae. (2022). Hubungan Hardiness dan Adaptabilitas Karir Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 12(1), 64–74. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v12i111949>
- Fitria, A., Rahma, E. A., & Aini, D. K. (2024). Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Self-regulated learning pada Mahasiswa Perantau. *Psimphoni*, 5(1), 31. <https://doi.org/10.30595/psimphoni.v5i1.22450>
- Kurnia, A., & Ramadhani, A. (2021). Pengaruh Hardiness dan

- Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik Mahasiswa. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(3), 657. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i3.6506>
- Kurniawan, S. R., & Eva, N. (2020). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Rantau. *Prosiding Seminar Nasional Dan Call Paper*, 152–162.
- Malla Avila, D. E. (2022). Hubungan Self Regulated Learning Dengan Academic Hardiness Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Sedang Menempuh Skripsi. In *הארג* (Vol. 33, Issue 8.5.2017).
- Marandof, K. D. B., & Serajar, D. K. (2024). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Rantau Dari Wilayah 3T Daerah Papua. *Jurnal Ilmiah Hospitality*, 13(1), 61–72.
- Mariska, A. (2018). Pengaruh Penyesuaian Diri dan Kematangan Emosi Terhadap Homesickness. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(3), 310–316. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v6i3.4642>
- Masnawati, E., Aliyah, N. D., Djazilan, M. S., Darmawan, D., & Kurniawan, Y. (2023). Dynamics of Intellectual and Creative Development in Elementary School Children: The Roles of Environment, Parents, Teachers, and Learning Media. *ISSE International Journal of Service Science*, 1(1), 33–37.
- Masrifah, M., & Hendriani, W. (2022). Resiliensi Akademik Ditinjau dari Strategi Self-Regulated Learning (SLR) pada Mahasiswa Pascasarjana Multidisiplin. *Jurnal Psikologi Terapan (JPT)*, 5(2), 95. <https://doi.org/10.29103/jpt.v5i2.8233>
- Maulidiah, E. F., Hidayah, M., Sholikhah, A., & Rasyada, D. A. (2024). Peran Self Regulated Learning dalam Meningkatkan Prestasi Akademik pada Mahasiswa. 11(02), 996–1008.
- Muetya, sena G., Rifai, M., & santoso, teguh, panji, M. (2022). NUSANTARA: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial Perpajakan. *Nusantara: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 9(4), 1483–1490.
- Muhammad, F. (2022). Gambaran Karakteristik Academic Hardiness Siswa Suku Jawa Dan Tionghoa Di Kota Medan. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 7(2), 62–70.
- Namira Basri, C., & Ahmad Ridha, A. (2020). Gegar Budaya dan Motivasi Belajar pada Mahasiswa yang Merantau di Kota Makassar. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 25(1), 1–14. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol25.iss1.art1>
- Nisa, K., Rasyid, M., & Suhesty, A. (2022). Penyesuaian Akademik Pada Pembelajaran Daring Ditinjau dari Efikasi Diri. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(4), 632. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i4.8738>
- Prasetyo, C. E., Sirait, E. G. N., & Hanafitri, A. (2020). Rumah, Tempat Kembali: Pemaknaan Rumah pada Mahasiswa Rantau. *Mediapsi*, 6(2), 132–144. <https://doi.org/10.21776/ub.mps.2020.006.02.7>
- Pratama, W. (2022). Efek Moderasi Motivasi Belajar Pengaruh Academic Hardiness Dan Lingkungan Keluarga Pada Hasil Belajar. *Edunomic Jurnal Pendidikan Ekonomi*, 10(2), 104. <https://doi.org/10.33603/ejpe.v10i2.5655>
- Puji Lestari, S. M., Supriyati, S., Farich, A., & Lestari, B. I. (2022). Hubungan Motivasi Belajar dengan Self-Regulated Learning (SRL) Pada Masa Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Malahayati Angkatan 2019. *Guidance*, 19(02), 89–98. <https://doi.org/10.34005/guidance.v19i02.1801>
- Rasyid, F. I., & Rusmawati, D. (2023). Hubungan antara Hardiness dengan Efikasi Diri Akademik pada Mahasiswa Rantau dari Pulau Sumatera di Universitas Diponegoro. *Jurnal EMPATI*, 12(4), 319–325. <https://doi.org/10.14710/empati.2023.28676>
- Rikumahu, M. C. E., & Rahayu, M. N. M. (2022). Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa: Bagaimana Kaitannya Dengan Optimisme Selama Masa Pembelajaran Daring? *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(3), 575. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i3.8467>
- Sahertian, E. A. E., Rikumahu, M. C. E., Manuhutu, V., Sopaheluwakan, J. E., & Huwae, A. (2024). Efikasi Diri Akademik Sebagai Mediator Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Rantau. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 6(2), 1–11. <https://doi.org/10.51214/00202406961000>
- Sari Adinda Maulida, Dalimuthe raudah Zalimah, & Conia Putri Dian Dia. (2023). Pengaruh Teknik Self Regulated Learning Terhadap Peningkatan Kedisiplinan Belajar Siswa. *Diversity Guidance and Counseling Journal*, 1(2), 114.
- Saufi, M., Nur Budiono, A., & Mutakin, F. (2022). Self Regulated dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 5(1), 67–75. <https://doi.org/10.56013/jcbkp.v5i1.1244>
- Shiddiq, D. A., & Rizal, G. L. (2021). Hubungan Self-Regulated Learning Dengan Stres Akademik Siswa Sma Kota Bukittinggi Pada Masa Pandemi Covid-19. *Attadib: Journal of Elementary Education*, 5(2), 171. <https://doi.org/10.32507/attadib.v5i2.1024>
- Sugiyono, P. (2019). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif 2019. In *Revista Brasileira de Linguística Aplicada* (Vol. 5, Issue 1).
- Suryadi, B., Hayat, B., & Putra, M. D. K. (2021). The Indonesian version of the Life Orientation Test-Revised (LOT-R): Psychometric properties based on the Rasch model. *Cogent Psychology*, 8(1).

- <https://doi.org/10.1080/23311908.2020.1869375>
- Tasiabe, H. R., Nugraheni, M., & Rahayu, M. (2024). *The Key to Study Success: Self-Regulation and Academic Adjustment at Satya Wacana Christian University Kunci Sukses Studi : Regulasi Diri dan Penyesuaian Akademik di Universitas Kristen Satya Wacana*. 12(3), 306–311.
- Tazky, A., M., Yul Arifiana, I., & Efendy, M. (2025). Resiliensi Akademik Mahasiswa MBKM : Bagaimana Peranan Self Regulated Learning dan Efikasi Diri? *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 5(1), 7301–7308. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/17924>
- Wahida, M., Margunayasa, I. G., & Gunartha, I. W. (2022). Pengaruh Model Pembelajaran Inkuiri Terbimbing Terhadap Motivasi Belajar Dan Hasil Belajar Ipa Siswa Sd. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Citra Bakti*, 9(2), 274–285. <https://doi.org/10.38048/jipcb.v9i2.676>
- Wardana, R. W., Prihatini, A., & Hidayat, M. (2020). Identifikasi Kesadaran Metakognitif Peserta Didik dalam Pembelajaran Fisika. *PENDIPA Journal of Science Education*, 5(1), 1–9. <https://doi.org/10.33369/pendipa.5.1.1-9>
- Wardani, R. (2020). Academic Hardiness, Skills, and Psychological Well-Being on New Student. *Jurnal Psikologi*, 19(2), 188–200. <https://doi.org/10.14710/jp.19.2.188-200>
- Wibisono, I. W. (2023). Bela Negara Satya Wacana sebagai universitas Magistrorum et scholarium dalam mendukung pertahanan nirmilter Indonesia. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2(05), 15–23. <https://doi.org/10.56127/jukim.v2i05.921>
- Wolters, C. A., Pintrich, P. R., & Karabenick, S. A. (n.d.). *Assessing Academic Self-Regulated Learning*. 251–252.
- Yazidsyah, R., & Harahap, A. C. P. (2023). Hubungan Antara Situasi Akademik Dengan Self-Regulated Learning Pada Mahasiswa Bimbingan Konseling Pendidikan Islam. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 9(1), 91. <https://doi.org/10.31602/jbkr.v9i1.11583>
- Zimmerman, B. J. (1990). Self-Regulated Learning and Academic Achievement: An Overview. *Educational Psychologist*, 25(1), 3–17. https://doi.org/10.1207/s15326985ep2501_2