

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN *HARDINESS* DENGAN *SELF REGULATED LEARNING* PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI  
YOGYAKARTA**



**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora Universitas Islam Negeri  
Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar  
Sarjana Psikologi

**Disusun oleh:**

**Rizky Bagas Aditya**

**NIM 20107010027**

**Pembimbing:**

**Syaiful Fakhri S. Psi., M. Psi**

**NIP. 19890607 201903 1 016**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA**

**2024**

## HALAMAN PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA  
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

### PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-675/Un.02/DSH/PP.00.9/05/2024

Tugas Akhir dengan judul : Hubungan Dukungan Sosial dan Hardiness Dengan Self Regulated Learning Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Yogyakarta

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : RIZKY BAGAS ADITYA  
Nomor Induk Mahasiswa : 20107010027  
Telah diujikan pada : Senin, 13 Mei 2024  
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

#### TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Kema Sidang

Syaiful Fakhri, S.Psi., M.Psi.  
SIGNED

Valid ID: 6657600866a



Penguji I

Dr. Raden Rachmy Diana, S.Psi., M.A., Psi.  
SIGNED

Valid ID: 66564978125d

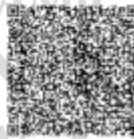


Penguji II

Ratna Mustika Handayani, S.Psi., M.Psi., Psi.  
SIGNED

Valid ID: 66501636274d

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA



Yogyakarta, 13 Mei 2024

UIN Sunan Kalijaga  
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si.  
SIGNED

Valid ID: 6653a45916ad

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

### PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rizky Bagas Aditya

Nim : 20107010027

Prodi : Psikologi

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan Dukungan Sosial dan *Hardiness* dengan *Self Regulated Learning* pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Yogyakarta” adalah karya asli dari peneliti dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi manapun. Selanjutnya, skripsi ini juga bukan merupakan hasil plagiasi karya milik orang lain, adapun sumber informasi yang dikutip oleh penulis telah dicantumkan dalam teks dan daftar pustaka.

Demikian surat pernyataan ini dibuat agar dapat digunakan sebagaimana mestinya sesuai dengan peraturan dan ketentuan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, terimakasih.

Yogyakarta, 30 April 2024

Yang menyatakan



10000  
METERAN  
TEMPEL  
FODALX10366953

Rizky Bagas Aditya

NIM. 20107010027

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI

### NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI

Kepada  
Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora  
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Di Tempat

*Assalamu'alaikum warahmatullah wa barakaatuh*

Setelah melakukan bimbingan, memeriksa, memberi arahan, masukan dan koreksi, maka saya selaku pembimbing skripsi menyatakan bahwa skripsi saudara :

Nama : Rizky Bagas Aditya

NIM : 20107010027

Prodi : Psikologi

Judul : Hubungan Dukungan Sosial dan *Hardiness* dengan *Self Regulated Learning* pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Yogyakarta

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai pemenuhan syarat untuk memperoleh gelar sarjan strata satu (S1) Psikologi. Dengan ini harapan kami semoga tugas akhir atau skripsi dari saudara tersebut dapat segera dipanggil dalam sidang munaqosyah. Atas perhatiannya kamu ucapkan terima kasih. *Wasslamu'alaikum wa rahmatullah wabarakaatuh.*

Yogyakarta, 30 April 2024  
Pembimbing

  
Syaiful Fakhri S. Psi., M. Psi

NIP. 19890607 201903 1 016

# **Hubungan Dukungan Sosial Dan *Hardiness* Dengan *Self Regulated Learning* Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Yogyakarta**

Rizky Bagas Aditya

20107010027

## **INTISARI**

**Intisari.** Mahasiswa tingkat akhir memerlukan sebuah regulasi atau strategi untuk menyelesaikan target sesuai yang diharapkan. Dalam hal ini, *self regulated learning* yang dimiliki mahasiswa merupakan kemampuan untuk mendorong pemikiran, perasaan, dan tindakan secara terencana agar mencapai tujuan belajarnya yaitu menyelesaikan tugas akhir. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dan *hardiness* terhadap *self regulated learning* pada mahasiswa tingkat akhir di Yogyakarta. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif korelasional. Kriteria responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir yang berkuliah di Yogyakarta, angkatan 2020 ke bawah dan sedang mengerjakan skripsi. Jumlah responden yang berpartisipasi sebanyak 125 mahasiswa yang dipilih menggunakan teknik *snowball sampling*. Peneliti membuat alat ukur *self regulated learning* berdasarkan teori dari Zimmerman (1990), dan peneliti membuat alat ukur *hardiness* berdasarkan teori dari Kobasa (1979). Untuk alat ukur dukungan sosial menggunakan skala *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) dari Hasbi & Alwi (2022). Analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis linier berganda. Uji hipotesis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial, *hardiness* dan *self regulated learning* mahasiswa tingkat akhir. Hal ini ditunjukkan dengan nilai signifikansi  $p = 0.001$  ( $p < 0.001$ ), sehingga hipotesis mayor diterima. Sedangkan hasil uji secara parsial diperoleh nilai signifikansi  $p = 0.001$  ( $p < 0.001$ ), sehingga hipotesis minor diterima. Selain itu, terdapat sumbangan efektif dari dukungan sosial sebesar 15%, *hardiness* 56,8% dan sumbangan efektif keduanya diperoleh nilai sebesar 71,8%. Implikasi hasil penelitian diharapkan menambah wawasan terhadap pengembangan *self regulated learning* pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi.

**Kata kunci :** Dukungan sosial, *hardiness*, *self regulated learning*

## **The Correlation of Social Support And Hardiness with Self-Regulated Learning in Final Year Collage Students In Yogyakarta**

Rizky Bagas Aditya

20107010027

### **ABSTRACT**

**Abstract.** Final year collage students need a regulation or strategy to complete the target as expected. In this case, students' self-regulated learning is the ability to encourage planned thoughts, feelings and actions in order to achieve their learning goals, namely completing the final assignment. This research aims to determine the relationship between social support and hardiness on self regulated learning in final year collage student in Yogyakarta. The method used in this research is quantitative correlational. The criteria for respondents in this research are final year collage students studying in Yogyakarta, class of 2020 or below and who are working on their thesis. The number of respondents who participated was 125 students who were selected using snowball sampling techniques. The researcher created a self-regulated learning measuring instrument based on the theory of Zimmerman (1990), and the researcher created a hardiness measuring instrument based on the theory of Kobasa (1979). The tool for measuring social support uses the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) from Hasbi & Alwi (2022). The always used in this research is multiple linear analysis. Hypothesis testing shows that there is a significant relationship between social support, hardiness and self regulated learning in final year collage student in completing final assignment or thesis. This is indicated by the significant value of  $p=0.001$  ( $p<0.001$ ), thus the major hypothesis is accepted. Meanwhile, the partial test result obtained a significant value of  $p =0.001$  ( $p<0.001$ ), therefore the minor hypothesis is accepted. Furthermore, there is effective contribution, from social support for about 15%, hardiness 56,8% and the effective contribution of both obtained a value of 71,8%. In conclusion, the implication of the research results will increase insight of the development of self regulated learning in final year collage student whore are working on their thesis.

**Keywords :** Self regulated learning, social support, hardiness

## MOTTO

*"Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan." -Q.S Al Insyirah: 5-6*

*"Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya..."  
-Q.S Al Baqarah: 286*

*"Kesabaran itu ada dua macam: sabar atas sesuatu yang tidak kau ingin dan sabar menahan diri dari sesuatu yang kau ingini" –Ali Bin Abi Thalib*

*"Angin tidak berembus untuk menggoyangkan pepohonan, melainkan menguji kekuatan akarnya." –Ali Bin Abi Thalib*

*"Bersungguh-sungguhlah dan jangan bermalas-malasan dan jangan pula lengah, karena penyesalan itu bagi orang yang bermalas-malasan" –Anonim*

*"Walaupun banyak permasalahan datang tiap harinya, asalkan kita mau tetap berusaha dan berikhtiar pasti akan ada jalan yang terbuka" –Anonim*

*"Kesakitan hari ini, akan jadi pengingat kita dikemudian hari bahwa untuk sampai ke titik tertinggi bukanlah hal yang mudah" -Anonim*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## HALAMAN PERSEMBAHAN

*Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan kelimpahan karunia dan rahmat-Nya sehingga atas izin-Nya amanah sebagai mahasiswa dapat saya selesaikan dengan baik. Tak lupa atas kebaiknya-Nya, Allah SWT selalu menyertai dengan menghadirkan orang-orang baik yang selalu mendo'akan dan menjadi penguat bagi diri saya hingga saat ini.*

*Teruntuk tempat saya menimba ilmu dan bertumbuh dalam upaya mewujudkan cita-cita, Program Studi Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.*

*Untuk diri saya sendiri...*

*Terima kasih sudah bertahan dalam setiap tantangan yang ada di dalamnya walaupun tidak mudah, tetapi masih mau berjuang untuk menghadapinya. Kamu yang terbaik! I'm proud of you!*

*Untuk Ibu, Bapak, kedua kakakku dan simbah*

*Dengan kerendahan hati dan penuh rasa syukur, karya tulis ini saya persembahkan sebagai tanda baktiku kepada Ibu dan Bapak yang saya cintai, terimakasih banyak atas cinta dan kasih sayang yang diberikan selama ini, yang senantiasa memanjatkan doa, memberikan motivasi serta bimbingan dengan penuh kesabaran dan keikhlasan dalam mendidik saya semenjak kecil hingga saat*

*ini*



## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah rabbil 'alamin, puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas segala limpahan nikmat, karunia dan rahmat-Nya selama proses belajar di Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN *HARDINESS* DENGAN *SELF REGULATED LEARNING* PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIT DI YOGYAKARTA**. Skripsi ini ditulis dalam rangka memenuhi syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Penulis menyadari bahwa dalam proses penyelesaian studi dan penulisan skripsi ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Berdasar kerendahan hati sebagai ungkapan rasa syukur dengan segala bantuan yang diberikan, dikesempatan ini penulis mengucapkan rasa terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Phil. Al Makin, S.Ag., M.A., selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta beserta jajarannya.
2. Bapak Dr. Mochammad Sodik, M.Si., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, beserta jajarannya.
3. Ibu Lisnawati, S.Psi., M.Psi selaku kaprodi Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

4. Bapak Syaiful Fakhri, S.Psi., M.Psi. selaku dosen pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu ditengah kesibukan beliau, memberikan kritik, saran dan arahan selama proses penulisan skripsi ini.
5. Ibu Dr. Raden Rachmy Diana, S. Psi., M.A., Psi, selaku dosen penguji 1 yang telah meluangkan waktunya untuk menguji dan memberikan saran, perbaikan serta arahan dalam penulisan skripsi.
6. Ibu Ratna Mustika Handayani, S.Psi., M.Psi., Psi, selaku dosen penguji 2 yang telah meluangkan waktunya untuk menguji dan memberikan saran, perbaikan serta arahan dalam penulisan skripsi.
7. Ibu Fitriana Widyastuti, S.Psi., M.Psi. selaku dosen pembimbing akademik. Terimakasih karena telah membantu membimbing saya dari awal perkuliahan dan membantu proses pemilihan judul skripsi.
8. Ibu Denisa Apriliawati, S.Psi., M. Res. dan Ibu Candra Indraswari, S.Psi., M.Psi., Psi. selaku validator instrument alat ukur. Terima kasih atas saran dan masukan yang diberikan.
9. Seluruh dosen dan starff Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, terutama Program Studi Psikologi
10. Ibu, Bapak dan Kedua Kakakku yang selalu memberikan doa dan menjadi *support system* terbaik serta tempat terbaik untuk bercerita dan melepas beban serta tempat pulang. Terimakasih banyak, atas segala pengorbanan yang dilakukan.

11. Teman seperjuangan dan skripsian, terima kasih sudah menjadi pendengar baik, mau nugas bareng dan pusing bareng. Semoga apa yang kita perjuangkan menjadi berkah dan bermanfaat dikemudian hari
  12. Teman berproses, terima kasih banyak telah meluangkan waktunya untuk membantu, di sambatin tiap hari dan tetep mau jadi pendengar yang baik. Semoga menjadi berkah, sukses selalu dan diberikan kelancaran dalam segala urusan kedepannya
  13. Teman sambat dan ngeluh (trio pemuda), terima kasih juga mau jadi pendengar yang baik, tempat terasik dan memberikan guyonan-guyonan random, semoga kita diperlancar terus segala urusanya dan ditunggu cerita sukses masing-masing.
  14. Teman-teman prodi Psikologi angkatan 2020 dan psikologi kelas A yang telah kebersamai selama proses pembelajaran.
  15. Kepada responden yang telah terlibat aktif dalam penelitian ini. Terima kasih, semoga menjadi penambah amal kebaikan dan juga selalu dipermudah urusannya.
  16. Semua pihak yang telah membantu dalam proses penulisan skripsi
- Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan laporan ini masih jauh dari kata sempurna karena keterbatasan kemampuan dan ilmu pengetahuan yang dimiliki penulis. Oleh karenanya atas kesalahan dan kekurangannya dalam penulisan skripsi ini, penulis memohon maaf dan bersedia menerima masukan, kritik dan saran yang membangun untuk dapat digunakan di waktu mendatang. Terakhir, penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis dan semua pihak yang membacanya.

## DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI.....	iii
INTISARI.....	iv
ABSTRACT.....	v
MOTTO.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian .....	12
C. Manfaat Penelitian .....	12
D. Keaslian Penelitian.....	14
1. Keaslian Topik.....	30
2. Keaslian Teori .....	30
3. Keaslian Alat Ukur.....	31
4. Keaslian Subjek Penelitian.....	31
BAB II DASAR TEORI.....	33
A. Self Regulated Learning.....	33
1. Pengertian Self Regulated Learning.....	33
2. Aspek-Aspek Self Regulated Learning .....	35
3. Faktor- Faktor Self Regulated Learning.....	40
B. Dukungan Sosial .....	42
1. Pengertian Dukungan Sosial.....	42
2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial.....	45

C. Hardiness.....	47
1. Pengertian Hardiness .....	47
2. Aspek-Aspek <i>Hardiness</i> .....	49
D. Dinamika Hubungan Dukungan Sosial dan Hardiness Dengan Self Regulated Learning Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Yogyakarta .....	51
E. Hipotesis Penelitian.....	58
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>59</b>
A. Desain Penelitian.....	59
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	59
C. Definisi Operasional Variabel.....	60
1. Self Regulated Learning.....	60
2. Dukungan Sosial.....	60
3. Hardiness .....	61
D. Populasi dan Sampel .....	62
E. Teknik Pengumpulan Data.....	63
F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur .....	71
1. Validitas Alat Ukur.....	71
2. Reliabilitas Alat Ukur.....	72
3. Seleksi Aitem.....	73
G. Teknik Analisis Data.....	73
1. Analisis Deskriptif.....	74
2. Uji Asumsi.....	74
3. Uji Hipotesis.....	75
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>76</b>
A. Orientasi Kancan.....	76
B. Persiapan Penelitian .....	77
C. Pelaksanaan Penelitian .....	85
D. Hasil Penelitian .....	86
E. Pembahasan.....	100
<b>BAB V KESIMPULAN .....</b>	<b>109</b>
A. Kesimpulan .....	109
B. Saran.....	109

DAFTAR PUSTAKA .....	112
LAMPIRAN .....	121



## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Outline Penelitian.....	14
Tabel 2 Blue Print Skala Self Regulated Learning .....	63
Tabel 3 Distribusi Aitem Self Regulated Learning.....	65
Tabel 4 Blue Print Skala Dukungan Sosial .....	67
Tabel 5 Distribusi Aitem Skala Dukungan Sosial .....	68
Tabel 6 Blue Print Skala Hardiness .....	69
Tabel 7 Distribusi Aitem Skala Hardiness .....	70
Tabel 8 Deskripsi Jumlah Mahasiswa Tingkat Akhir .....	77
Tabel 9 Distribusi Aitem Skala Self Regulated Learning Sebelum Uji Coba .....	80
Tabel 10 Distribusi Aitem Skala Self Regulated Learning Setelah Uji Coba.....	81
Tabel 11 Distribusi Aitem Skala Hardiness Sebelum Uji Coba .....	83
Tabel 12 Distribusi Aitem Skala Hardiness Setelah Uji Coba.....	83
Tabel 13 Reliabilitas Alat Ukur .....	85
Tabel 14 Deskriptif Partisipan Penelitian Berdasarkan Gender.....	86
Tabel 15 Deskriptif Partisipan Penelitian Berdasarkan Usia .....	86
Tabel 16 Deskriptif Partisipan Penelitian Berdasarkan Universitas .....	86
Tabel 17 Deskriptif Statistik .....	89
Tabel 18 Norma Kategorisasi.....	90
Tabel 19 Kategorisasi Self Regulated Learning Berdasarkan Data Empirik.....	90
Tabel 20 Dukungan Sosial Berdasarkan Data Empirik.....	91
Tabel 21 Hardiness Berdasarkan Data Empirik .....	91
Tabel 22 Uji Normalitas.....	92
Tabel 23 Uji Heteroskedastisitas.....	93
Tabel 24 Hasil Uji Multikolinearitas Data Penelitian .....	94
Tabel 25 Uji F .....	94
Tabel 26 Koefisien .....	95
Tabel 27 Uji T .....	96
Tabel 28 Koefisien Determinasi.....	97
Tabel 29 Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin.....	100

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Berpikir .....	57
Gambar 2 Sebaran Data .....	93





## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Preliminary Self Regulated Learning .....	121
Lampiran 2 Lembar Validasi Expert Judgement .....	122
Lampiran 3 Skala Tryout .....	131
Lampiran 4 Tabulasi Data Tryout .....	134
Lampiran 5 Tabel Validitas Aiken' V .....	138
Lampiran 6 Tabel Reliabilitas .....	139
Lampiran 7 Skala Ambil Data .....	139
Lampiran 8 Screenshoot G form Ketersediaan .....	142
Lampiran 9 Tabulasi Data .....	143
Lampiran 10 Statistik Deskriptif .....	157
Lampiran 11 Uji Asumsi .....	157
Lampiran 12 Uji Heteroskedastisitas .....	157
Lampiran 13 Uji F .....	157
Lampiran 14 Uji T .....	158
Lampiran 15 Uji Beda .....	159

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Mahasiswa adalah individu yang sedang menjalani pendidikan di universitas atau perguruan tinggi. Mahasiswa, sebagai kelompok individu yang memiliki berbagai latar belakang, aspirasi, dan potensi, serta mempunyai peran penting dalam pembentukan masa depan bangsa. Mahasiswa dapat dikatakan sebagai agen perubahan yang membawa energi, ide-ide baru, dan semangat inovasi baik di lingkungan akademik dan luar kampus. Mahasiswa sendiri merupakan bagian dari sivitas akademika yang sudah memenuhi tahapan masa dewasa dilihat dari rentang usia dan mempunyai pemahaman dalam meningkatkan kemampuan diri selama menempuh pembelajaran di perguruan tinggi dengan tujuan menjadi intelektual, praktisi, tenaga ahli dan ilmuwan (UU RI No. 12 Tahun 2012 Tentang Pendidikan Tinggi, 2012).

Berdasarkan data KEMENDIKBUD (2020) terdapat 402.883 mahasiswa dari 135 perguruan tinggi di Yogyakarta. Mahasiswa yang melanjutkan pendidikan tinggi di Yogyakarta tidak hanya berasal dari dalam kota saja, melainkan juga dari luar wilayah Yogyakarta. Asosiasi Perguruan Tinggi Swasta Indonesia (2020) pernah melakukan survey, dari 51 PTS yang ada di Yogyakarta, sebanyak 57.334 (40%) mahasiswa berasal dari Yogyakarta dan 84.885 (60 %) mahasiswa berasal dari luar Yogyakarta (Padmaratri, 2020). Selain itu, berdasarkan hasil survey yang dilakukan

Lestari (2016) di salah satu perguruan tinggi di Yogyakarta, mendapatkan hasil bahwa sebanyak 87% pelajar memutuskan berkuliah di Yogyakarta dengan alasan mutu pendidikan yang baik (Pramitha & Astuti, 2021).

Sebagai akhir dari perjalanan akademis mereka selama menempuh perkuliahan, mahasiswa baik berasal dari Yogyakarta maupun luar Yogyakarta memiliki peranan yang sama dalam mengembangkan teori dan praktik yang telah didapatkan selama masa studi secara optimal dengan tujuan memperoleh gelar sarjana. Mahasiswa tingkat akhir merupakan individu yang sedang mengerjakan tugas akhir atau skripsi dan menjadi syarat bagi mahasiswa agar dapat menyelesaikan masa studi untuk memperoleh gelar sarjana (Asrun et al, 2020). Menurut Yesamine (dalam Roellyana & Listiyandini, 2016) mahasiswa tingkat akhir diharuskan mempunyai sikap optimis dan selalu bertindak secara aktif sehingga dapat melewati dan menyelesaikan persoalan-persoalan yang datang baik dari akademik maupun non akademik.

Pada tahap ini, mahasiswa tingkat akhir sering dihadapkan pada berbagai tantangan, peluang, dan pertimbangan yang sangat berbeda dari tahun-tahun sebelumnya. Ketika sudah berada pada tingkat akhir, mahasiswa berkewajiban membuat tugas akhir atau skripsi, dimana ketika dihadapkan dengan tugas akhir atau skripsi seringkali mengalami hambatan (Rusitayanti et al., 2021).

Sebelum melakukan penelitian, peneliti membuat mini survey pada 22 responden mengenai *self regulated learning* mahasiswa tingkat akhir dan

sedang mengerjakan skripsi. Pada *preliminary study*, peneliti mengajukan pertanyaan terkait *self regulated learning* berdasarkan teori dari Zimmerman (1989), berikut pertanyaan dalam survey yaitu: Apakah anda memiliki strategi khusus dalam mengerjakan skripsi?. Berdasarkan mini survey tersebut didapatkan hasil bahwa sebanyak 54,5% (12 responden) dalam mengerjakan skripsi tidak memiliki strategi khusus. Sehingga dapat disimpulkan bahwa dari 22 responden 54,5% masih memiliki tingkat *self regulated learning* yang kurang. Hasil mini survey di atas, diperkuat dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Harahap. A & Harahap. S (2020), yaitu dari 240 mahasiswa, sebanyak 71,7% (172 orang) memiliki tingkat *self regulated learning* yang rendah dan sebanyak 10.8% (26 orang) memiliki tingkat *self regulated learning* yang rendah. Hal tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki kemampuan *self regulated learning* yang kurang optimal.

Dari beberapa penelitian yang dilakukan, dapat dikatakan bahwa selama proses menempuh pendidikannya di kampus, mahasiswa akan banyak menemukan tantangan berat yang akan datang selama berada dalam progress tersebut baik dari lingkungan akademik maupun diluar akademik. Terlebih lagi beban tambahan tantangan yang dirasakan oleh mahasiswa tingkat akhir yang tentunya semakin bertambah. Sejalan dengan itu, hasil penelitian yang dilakukan Maritapiska, mengatakan bahwa kesulitan yang dialami oleh mahasiswa antara lain adalah kesulitan mencari referensi yang dibutuhkan, revisi yang berulang-ulang, waktu penelitian yang terbatas,

dosen pembimbing yang tidak responsif dalam memberikan umpan balik dan dosen pembimbing yang sulit ditemui (Setiani, 2021).

Fasikhah & Fatimah (2013) menyatakan bahwa mahasiswa dalam melakukan kegiatan belajar masih banyak ditemukan kurangnya pengontrolan, perencanaan dan evaluasi dalam kegiatannya yang dimana hal ini memunculkan perilaku menunda-nunda kegiatan belajar dan mengerjakan tugas yang diberikan atau ketidak seriusan dalam mengerjakan tugas, terlambat mengumpulkan tugas dan tidak disiplin mengatur waktu.

Fenomena tersebut membuktikan jika tidak sedikit ditemukan mahasiswa yang belum memiliki keterampilan dan kemampuan dalam meregulasi dirinya. Maka dari itu, mahasiswa perlu memiliki kemampuan dalam mendorong pemikiran, perasaan, dan tindakan secara sistematis atau direncanakan dan berulang yang berfokus demi meraih suatu tujuan dalam tugas belajarnya yaitu menyelesaikan tugas akhir (Zimmerman, 1990).

Adanya kemampuan *self regulated learning*, seperti melakukan pengelolaan waktu, mengatur tujuan yang hendak dicapai, usaha dan kegigihan untuk menyelesaikan tugas, serta memantau performa pada diri tidak hanya penting dalam keberhasilan akademis tetapi juga berperan penting pada kehidupan (Mcmahon & Oliver, 2001; Retnawati, 2016; Wang et al., 2013). Pintrich (1995) juga berpendapat bahwa kemampuan untuk mengatur waktu dan kemampuan untuk mengatur strategi dalam belajar merupakan bagian penting yang harus dimiliki mahasiswa, karena hal tersebut dapat membantu dalam menyesuaikan diri dengan tuntutan secara

akademik dan sosial pada perguruan tinggi. Untuk melakukan *self regulated learning*, mahasiswa haruslah mempunyai pilihan-pilihan yang ada pada diri mereka, misal keinginan ikut serta atau tidak, metode yang akan digunakan seperti apa, hasil seperti apa yang akan dikejar dan setting sosial serta fisik mana yang akan dikerjakan (Bai et al., 2020; Bakar et al., 2017; Balashov et al., 2021).

Dengan erat kaitannya kemampuan tersebut pada *Self Regulated Learning* mahasiswa dalam proses belajarnya. *Self regulated learning* merupakan sebuah konsep pada individu dalam mengatur dirinya dan suatu usaha dalam memperdalam asosiatif pada bidang khusus (tidak sebatas akademik saja) dan memonitor serta meningkatkan proses-proses secara mendalam. Usaha tersebut dapat dilakukan dengan cara memilih, merubah atau membuat lingkungan sekitar pribadinya agar dapat mendukung proses pembelajaran atau dapat juga mencari dukungan sosial (Zimmerman, 2002).

Menurut Friedman (2006) mengatakan bahwa *self regulated learning* adalah pemantauan perilaku selama proses pembelajaran sebagai hasil dari proses internal berkaitan dengan tujuan, perencanaan dan penghargaan diri atas hasil yang telah dicapai (Wahyuni & Rosito, 2021). Sedangkan menurut Zumbunn (2011), *self regulated learning* merupakan proses yang dapat mendukung seseorang dalam memperbaiki pikiran, perasaan dan perilaku yang dapat memunculkan pengalaman belajarnya. Sehingga *self regulated learning* dapat dikatakan sebagai usaha yang dilakukan individu dalam memonitoring atau mengontrol kemampuan

dirinya sendiri, dengan tujuan merencanakan dan memantau agar dapat menyelesaikan tugas-tugas dengan baik (Feliarosa & Simanjuntak, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Zimmerman (2008), dibuktikan bahwa kelompok individu yang mempunyai *self regulated learning* menunjukkan peningkatan yang signifikan pada hasil belajar, terutama dalam kemampuan pengelolaan waktu dan reaksi diri dibandingkan dengan kelompok individu yang mempunyai *self regulated learning* yang kurang. Menurut Ruliyanti & Laksmiwati (2014), *Self regulated learning* adalah kecenderungan dalam mengatur perilaku belajar, seperti mengelola waktu dan lingkungan belajar sekitarnya, serta mempunyai pengelolaan emosi yang baik, seperti menumbuhkan perasaan positif ketika dihadapkan pada kegagalan dimana *self regulated learning* menjadi variabel yang memiliki kontribusi paling dominan terhadap akademik siswa pada penelitian yang dilakukan.

Pada penelitian Razak (2017), apabila *self regulated learning* yang dimiliki siswa rendah, siswa akan mengalami kesulitan ketika menerima materi pembelajaran yang dimana hal tersebut mempengaruhi hasil belajar yang kurang optimal. Ditinjau dari sisi mahasiswa, apabila *self regulated learning* yang dimiliki rendah, mahasiswa akan kesulitan dalam memahami dan mengaplikasikan pembelajaran sebelumnya yang dapat membantu proses pengerjaan skripsi. Sejalan dengan penelitian Mei dan Liayana (dalam Tarumasely, 2021) *self regulate learning* menjadi salah satu faktor yang memiliki pengaruh pada prestasi akademik mahasiswa fakultas Sains

Malaysia. Begitu juga penelitian yang dilakukan Azalia & Aslamawati (2021) dan Cho et al. (2017), apabila *self regulated learning* yang dimiliki mahasiswa tinggi, mahasiswa akan cenderung untuk berinteraksi dengan sekitarnya dengan lebih aktif dan sistematis atau terencana. Selain itu, dengan *self regulated learning* yang tinggi pada mahasiswa, mendorong mahasiswa untuk terlibat langsung dan aktif pada proses belajarnya dengan respon positif dalam membangun suasana belajar yang sesuai dengannya.

Tentunya dalam *self regulated learning* sendiri memiliki faktor-faktor yang dapat mempengaruhi baik internal maupun eksternal. Adapun faktor internal yang dapat mempengaruhi *self regulated learning*, yaitu *hardiness* (Hasbi & Alwi, 2022), Efikasi diri (Adicondro & Purnamasari, 2011), *achievement motivation dan emotional intelligence* (Zamroni et al., 2022), *religiosity* (Munandar & Ruhaena, 2023). Adapun faktor eksternal yang dapat mempengaruhi *self regulated learning*, yaitu dukungan sosial keluarga (Hendrika et al., 2024), *strategi experiential learning* (Latipah, 2017).

Zimmerman (1989) membagi *self regulated learning* menjadi tiga faktor yaitu; faktor individu, perilaku dan lingkungan. Faktor individu berhubungan dengan efikasi diri dan pemahaman pada mahasiswa. Faktor perilaku berhubungan dengan observasi, penilaian diri dan reaksi diri. Faktor lingkungan berhubungan dengan keadaan lingkungan dan dukungan dari lingkungan sosial. Perry et al. (2015) merincikan lebih lanjut terkait dukungan sosial yang menjadi salah satu faktor penting dalam proses



pembentukan *self regulated learning*, dukungan sosial tersebut didapatkan dari orang tua, teman sebaya dan guru.

Hal ini terjadi karena pada hakikatnya, disamping menjadi makhluk individual, manusia juga akan berperan sebagai makhluk sosial dimana manusia tidak akan lepas dari kehadiran individu lainnya dalam menjalani kehidupannya. Bahkan untuk memenuhi kebutuhan hidup, manusia memerlukan kehadiran individu lain untuk membantunya.

Maka dari itu, dukungan sosial menjadi salah satu faktor pendukung proses pengembangan *self regulated learning* mahasiswa. Dukungan sosial merupakan dukungan yang diberikan oleh orang lain atau kelompok dalam bentuk pemberian rasa nyaman, kepedulian, penghargaan atau bantuan yang dimana hal tersebut memberikan individu merasa diperhatikan, disayang, dan ditolong. Menurut Zimet et al. (1988), dukungan sosial adalah bantuan yang diberikan orang lain yang kemudian direspon oleh individu sebagai dukungan.

Dalam menyelesaikan skripsi, dukungan sosial dapat membangun kepercayaan diri pada mahasiswa lewat penghargaan yang diterima sehingga mendorong mahasiswa untuk segera menyelesaikan skripsi (Astuti & Hartati, 2013). Martinez-pons (1996) dalam penelitiannya membahas berdasarkan keterlibatan dukungan sosial orang tua, hal ini menunjukkan bahwa orang tua berpengaruh dalam meningkatkan *self regulated learning* individu dan hal tersebut membantu meningkatkan prestasi akademik. Sejalan dengan pendapat Baron & Byrne (2000) yang menyatakan bahwa

dukungan sosial seperti, dukungan dari keluarga, fasilitas, informasi dan emosi, dapat mempengaruhi *self regulated learning* individu.

Berdasarkan penelitian dari Smith & Renk (2007) dibuktikan bahwa tekanan dari beban akademis yang dirasakan akan menurun apabila menerima dukungan dari orang penting yang dimiliki individu. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Azizah (2016), menunjukkan hasil bahwa dukungan sosial secara signifikan memiliki hubungan negatif dengan stres akademik, apabila tingkat dukungan sosial yang diperoleh mahasiswa tinggi, maka tingkat stres akademik pada mahasiswa akan rendah. Dengan banyaknya dukungan informatif yang diterima mahasiswa, membuat mahasiswa mendapatkan perhatian dan pengetahuan yang kemudian akan berdampak pada tingginya tingkat *self regulated learning* dan dengan adanya dukungan sosial yang baik, mahasiswa akan merasa lebih termotivasi, merasa diperhatikan dan memberikan perasaan aman dan nyaman ketika belajar (Baron & Byrne, 2005).

Berdasarkan penelitian Triyatni & Rozali (2020) menunjukkan hasil bahwa dukungan sosial berpengaruh terhadap *self regulated learning* siswa MTs, apabila tingkat dukungan sosial yang diterima tinggi, maka *elf regulated learning* yang dimiliki akan tinggi juga. Sejalan dengan penelitian Putri (2021), dukungan sosial dan *self regulated learning* memiliki hubungan yang mengarah pada korelasi positif, apabila dukungan sosial yang dimiliki seseorang tinggi, maka tingkat *self regulated learning* akan tinggi juga. Adanya korelasi secara positif dikarenakan terdapat penilaian

dan evaluasi pada individu dalam melakukan keseharian sehingga individu dapat mengelola pengalaman belajar secara efisien dalam mencapai hasil belajar maksimal.

Seseorang yang mendapatkan dukungan sosial keluarga yang tinggi, maka *self regulated learning* pada dirinya akan meningkat. Hal ini dikarenakan, dengan tingginya dukungan keluarga, maka secara tidak langsung akan diikuti dukungan secara emosional, penghargaan, instrumental dan informatif yang tinggi juga. Dengan tingginya dukungan emosional, individu akan memperoleh dorongan pada dirinya. Dengan tingginya dukungan penghargaan yang diterima akan menumbuhkan rasa percaya diri dan dengan tingginya dukungan informatif yang diterima, individu akan merasakan bahwa dirinya mendapatkan dukungan fasilitas dari keluarga. Menurut Adicondro & Purnamasari (2011) penerimaan dukungan sosial yang cukup pada individu akan berpengaruh pada kondisi psikologis dan fisik dari bantuan yang diperoleh dari lingkungan sekitarnya yang dapat meningkatkan harga dirinya.

Selain faktor eksternal, yaitu dukungan sosial. *Self regulated learning* memiliki faktor internal yang dapat mempengaruhi, yaitu berupa karakteristik kepribadian *hardiness*. Pada *self regulated learning* Maddi & Kobasa (1984) mengaitkan *hardiness* dengan kemampuan individu untuk mengatur diri dalam belajar, hal tersebut berkaitan dengan bagaimana individu dalam menghadapi tantangan dan mengelola waktu serta strategi

pembelajaran yang efektif. Studi ini memberikan dasar untuk memahami hubungan antara *hardiness* dan *self-regulated learning*.

*Hardiness* menurut Maddi (2002) adalah karakteristik yang dapat membantu seseorang agar tetap kuat, stabil, dan optimis sebagai cara untuk melawan efek negatif. Menurut Kobasa (1979) *hardiness* merupakan karakteristik kepribadian yang berperan dalam mengatasi permasalahan dalam hidupnya dimana dalam *hardiness* terdiri dari komitmen, kendali, dan tantangan. Komitmen merujuk pada sikap untuk tetap terlibat suatu kegiatan walaupun di dalamnya mengalami kesulitan. Kontrol merujuk pada melakukan usaha sebaik mungkin untuk meraih hasil yang diinginkan. Tantangan berarti kegigihan untuk tetap belajar dan belajar walaupun terdapat kesulitan (Kobasa et al., 1982).

Pada penelitian yang dilakukan Jameson (2014), dalam proses belajar, *hardiness* memiliki peran utama dalam motivasi dan kemampuan untuk mengontrol diri. Di tahap awal pembelajaran, *hardiness* memiliki pengaruh stimulasi yang lebih kuat, kemudian dengan meningkatnya tugas belajar yang dimiliki, efek ini akan berkurang dan kemampuan dalam mengontrol akan tampak jelas sehingga proses belajar yang dilakukan dapat dipertahankan. Dengan tingkat *hardiness* yang tinggi akan menunjukkan konsentrasi yang lebih baik bagi mahasiswa dalam proses pembelajaran, seperti terbuka terhadap ide-ide baru dan mempertahankan motivasi dalam belajar. Adanya sifat *hardiness*, individu akan dapat mempunyai kemampuan dalam merencanakan secara baik, kemampuan dalam

mengontrol dan mengatasi kemajuan dalam belajar secara mandiri dan hal-hal terkait dengan tugas belajarnya.

Maka dari itu, berdasarkan fenomena-fenomena yang telah diuraikan, dukungan sosial dan *hardiness* dapat membantu meningkatkan *self regulated learning*, terlebih dalam hal mengatur strategi yang tepat, mengatur waktu dan menjaga kondisi fisik maupun batin pada mahasiswa tingkat akhir dalam mengatasi berbagai persoalan yang terjadi selama proses pengerjaan tugas akhir atau skripsi. Maka dari itu berdasarkan latar belakang masalah, membuat rumusan masalah yaitu apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dan *hardiness* dengan *self regulated learning* pada mahasiswa tingkat akhir?

## **B. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dan *hardiness* dengan *self regulated learning* pada mahasiswa tingkat akhir.

## **C. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat membuktikan secara kuantitatif terkait hubungan dari variabel-variabel yang digunakan. Sehingga dapat memberikan sumbangsih keilmuan bagi peneliti, mahasiswa dan dosen, terutama pada bidang psikologi pendidikan yang berkaitan dengan dukungan sosial, *hardiness* dan *self regulated learning*.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan, pentingnya mahasiswa menyiapkan strategi dan regulasi dalam menyelesaikan tugas akhir dan membangun lingkungan sosial yang mendukung proses pengerjaan tugas akhir.

### b. Bagi Perguruan Tinggi

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi perguruan tinggi akan pentingnya *self regulated learning* pada mahasiswa tingkat akhir sehingga dapat dijadikan perhatian untuk memberikan pelatihan academic writing, penyusunan skripsi, peningkatakan motivasi bagi mahasiswa tingkat akhir.

### c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan, referensi terkait teori-teori *self-regulated learning*, dukungan sosial, *hardiness* yang dapat dijadikan sebagai bahan rujukan maupun pertimbangan variabel lain yang hendak digunakan.

#### D. Keaslian Penelitian

Tabel 1 Outline Penelitian

No.	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek Dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Fadiyah Istiqamah Hasbi, M. Ahkam Alwi	Kontribusi Dukungan Sosial terhadap <i>Hardiness</i> pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi	2022	Zimet, Dahlem, dan Zimet (1988) dukungan sosial merupakan bantuan dari orang sekitar dan dipersepsikan sebagai suatu dukungan yang dapat memberikan motivasi dan perasaan yakin kepada individu bahwa dirinya diperhatikan, dicintai, dan dihargai.	Metode kuantitatif	Skala dukungan sosial menggunakan <i>Multidimensional Scale of Perceived Social Support</i> (MSPSS) Skala <i>hardiness</i> menggunakan <i>Short Hardiness Scale</i> atau DRS-15	208 Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Kota Makassar	Bedasarkan penelitian yang telah dilakukan menyatakan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang dimiliki individu, maka semakin tinggi juga tingkat tingkat <i>hardiness</i> dan apabila semakin rendah dukungan sosial yang diperoleh maka tingkat <i>hardiness</i> akan rendah juga.

				Eschleman (Susanto & Kiswantomo, 2020), <i>hardiness</i> memiliki hubungan dengan dukungan sosial dari orang sekitar. Dimana interaksi tersebut dapat membangun kepercayaan diri individu sehingga dapat mencari solusi permasalahan yang dimiliki.			
2.	M. Rizki Satria Hutama, Rahayu Puji Suci, Gunarianto	Pengaruh Kepemimpinan Dan Dukungan Sosial Terhadap <i>Hardiness</i> Serta Implikasinya Pada <i>Spiritual</i>	2022	Sarafino (2002) mengatakan jika dukungan sosial berkaitan dengan perasaan nyaman, diperhatikan, dan dihargai atau pertolongan yang	Penelitian eksplanatori	Perawat Klinik Kusuma Kediri berjumlah 33 orang	Kesimpulan pada penelitian ini adalah dukungan sosial berupa pemberian rasa nyaman, diperhatikan, dihargai atau



---

*Well-Being*  
Perawat Klinik  
Kusuma  
Pertwi Kediri

diterima oleh  
seseorang dari  
orang lain

Kobasa (1979)  
mengatakan jika  
*hardiness*  
mempunyai efek  
langsung dan  
tidak langsung  
pada kesehatan.  
Sebagai  
penengah antara  
kehidupan yang  
penuh stres  
dengan status  
kesehatan,  
*hardiness* dapat  
menjadi sumber  
daya sosial dan  
dapat digunakan  
untuk mengatur  
kehidupan yang  
penuh tekanan  
sehingga dapat  
mengurangi  
ketegangan,  
mengurangi

bantuan yang  
diterimah  
seseorang dari  
orang lain dapat  
meningkatkan  
kepribadian  
perawat yang  
kuat (*hardiness*).  
Apabila tingkat  
dukungan sosial  
yang diterima  
tinggi, maka  
tingkat  
*hardiness* yang  
dimiliki akan  
tinggi juga

---

			penyakit dan meningkatkan kesejahteraan.					
3.	Andyria Kurnia, Ayunda Ramadhani	Pengaruh Hardiness dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik Mahasiswa	2021	Menurut Kobasa (dalam Sarafino, 2011) <i>hardiness</i> adalah karakteristik kepribadian yang penting untuk melawan tingkat stres. <i>Hardiness</i> dapat berperan untuk menurunkan pengaruh tekanan hidup dengan meningkatkan strategi penyusunan yang efisien dengan menggunakan sumber-sumber sosial disekitarnya.	Metode Kuantitatif	skala stres akademik, skala <i>hardiness</i> dan skala dukungan sosial	119 Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Kaltim	Hasil penelitian yang ditemukan adalah semakin tinggi dukungan sosial yang dimiliki akan tinggi juga <i>hardiness</i> yang dimiliki mahasiswa dan hal ini berdampak pada menurunnya tingkat stres yang dialami mahasiswa apabila tingkat dukungan sosial dan <i>hardiness</i> tinggi

---

Menurut Smet (1994) dukungan sosial dapat membantu untuk mengurangi stres. Menurut Reeve, Shumaker, Yearwood, Crowell, dan Riley, (2013) dukungan sosial tersebut dapat diperoleh dari keluarga dan teman seumuran Broman (dalam Taylor, Peplai & Sears, 2012) dengan dukungan sosial dapat mengurangi tekanan psikologis selama berada dalam masa sulit

---

4.	Shofi Maulina Fitrananda, Tri Na'imah, Ugung Dwi Ario Wibowo, Herdian	Kepribadian Hardiness Dan Dukungan Sosial Sebagai Faktor Determinan Optimisme Mahasiswa Penyintas Covid-19	2022	Menurut Schultz dan Schultz (dalam Ariessa & Rinaldi, 2011) individu yang mampu melawan tekanan dalam hidupnya adalah individu yang memiliki kepribadian hardiness yang tinggi. Sedangkan individu yang memiliki karakter perlawanan yang buruk mereka cenderung tidak percaya diri dengan kemampuan mereka dan merasa tidak mampu dan pasrah dengan keadaan mereka	Metode kuantitatif korelasional.	Skala kepribadian hardiness. Disusun berdasarkan aspek kepribadian menurut Kobasa et al., (1982) Skala dukungan sosial didasarkan pada teori dukungan sosial menurut Sarafino (2006)	154 Mahasiswa Penyintas Covid-19	Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan disimpulkan bahwa <i>hardiness</i> dan dukungan sosial berpengaruh efektif sebesar 67,6% terhadap optimism pada mahasiswa dan 32,4% lainnya merupakan berasal dari faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian.
----	---	--	------	---	----------------------------------	--	----------------------------------	--

5.	Andi Sri Anita Khairunnisa, M. Daud, dan Haerani Nur	Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Self Regulated Learning Siswa dalam Belajar Daring di Kota Makassar	2022	(Pintrich, 1995) mengatakan bahwa siswa dengan <i>self regulated learning</i> yang tinggi memiliki kecenderungan mempunyai strategi spesifik dalam proses belajarnya, kuatnya efikasi diri yang dimiliki, serta dapat mengatasi dan menemukan solusi terkait kesulitan dalam proses belajarnya. Menurut Zimmerman (1990) terdapat tiga faktor yang memengaruhi <i>self regulated learning</i> , yaitu:	Metode kuantitatif	Skala yang digunakan antara lain <i>self regulated learning</i> menggunakan skala yang disusun peneliti berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Pintrich, Smith, Garcia, dan McKeachie (1991).  Dukungan sosial diukur menggunakan skala yang disusun peneliti berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh House (Smet, 1994).	Siswa SMPN di Kota Makassar sebanyak 36.695 dengan sampel 400 siswa	Berdasarkan penelitian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh positif antara dukungan sosial dengan <i>self regulated learning</i> siswa di Makassar selama proses belajar daring. Dari hal tersebut dapat dikatakan bahwa tingginya dukungan sosial yang diterima siswa dapat meningkatkan <i>self regulated learning</i> pada siswa selama proses pembelajaran secara daring. Sebaliknya, rendahnya dukungan sosial
----	--	---	------	--	--------------------	--	---	---

				individu, perilaku, dan lingkungan. Sarason dan Pierce (1990) menyatakan jika dukungan sosial merupakan kenyamanan secara fisik dan secara psikologis diperoleh dari individu lain.				yang diterima siswa akan menurunkan tingkat <i>self regulated learning</i> siswa selama proses pembelajaran daring
6.	Fadila Fajri Savawi dan Sigit Hariyadi	Hubungan Antara Self Regulated Learning dan Dukungan Sosial dengan Kematangan Karier Pada Siswa SMA	2023	Menurut Mulyana et al. (2015) <i>self regulated learning</i> menjadi salah satu faktor internal yang diperlukan oleh siswa karena adanya <i>self regulated learning</i> dapat menumbuhkan keterampilan dalam	Penelitian kuantitatif dengan desain penelitian korelasional	Skala kematangan karier didasarkan pada teori dari Super dalam González (2008). Skala <i>Self regulated learning</i> siswa diukur berdasarkan teori Zimmerman dan Pons dalam Wolters (1998),	218 Siswa kelas XI di SMA Negeri 11 Semarang	Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara <i>self regulated learning</i> dan dukungan sosial dengan kematangan karier pada siswa kelas XI di SMA Negeri 11 Semarang. Hal

---

pengelolaan belajar secara efektif dan melakukan evaluasi setelahnya sehingga membantunya dalam merencanakan karirnya kelak. Menurut House dalam Macdonald (1998) dukungan sosial adalah bantuan dari orang lain yang dapat menjadi sumber motivasi atau dapat menumbuhkan rasa percaya diri pada individu. Dalam hal ini, dukungan sosial dapat berasal dari

skala dukungan sosial menggunakan skala berdasarakat teori House dalam Macdonald (1998)

ini menandakan bahwa *self regulated learning* dan dukungan sosial bersifat positif secara signifikan, yaitu sebesar 38,8% pada kematangan karier siswa. Dimana semakin tinggi *self regulated learning* dan dukungan sosial, semakin tinggi juga kematangan karir yang dimiliki siswa.

---

				orangtua, teman dan guru.				
7.	Nadia Merianda, Yuli Asmi Rozali	Pengaruh <i>Self Regulated Learning Terhadap Hardiness</i> Pada Santri Mts Pondok Pesantren Daar El-Qolam 1 Tangerang	2020	Menurut Kobasa (dalam Maddi, 2007) <i>hardiness</i> adalah karakteristik individu yang dapat menolong individu untuk mengalihkan keadaan stres atau keadaan tertekan menjadi positif sehingga dapat meningkatkan kinerja, perilaku, dan perkembangan psikologis. Menurut Gaumer & Noonan (2018) <i>Self Regulated Learning</i> merupakan kemampuan	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif non-eksperimental dengan jenis kausal komparatif.	Skala likert <i>hardiness</i> berdasarkan teori Kobasa dan <i>self regulated learning</i> berdasarkan teori Gaumer dan Noonan	1.324 siswa Mts Pondok Pesantren Daar El-Qolam 1 Tangerang	Kesimpulan dari hasil penelitian adalah <i>self regulated learning</i> memiliki pengaruh sebesar 47,5% terhadap <i>hardiness</i> santri MTs pondok pesantren Daar El-Qolam 1 Tangerang. Dimana semakin tinggi tingkat <i>self regulated learning</i> , maka semakin tinggi juga tingkat <i>hardiness</i> yang dimiliki.



				individu dalam merencanakan tujuan yang hendak dicapai, memonitoring proses belajar, dan mengevaluasi kembali apa yang telah dilakukan.				
8.	Suroso, Niken Titi Pratitis, Reni Oktabiana Cahyati	<i>Self Regulated Learning dan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa di Masa Pandemi</i>	2021	Salah satu faktor penyebab terjadinya prokrastinasi menurut Latifah & Damajati (2018), Steel (2017), Saraswati (2017), Savira & Suharsono (2013), Alfina (2014), adalah tidak adanya perencanaan dan regulasi diri. Menurut Lailul (2018) apabila	Penelitian kuantitatif ini menggunakan dua teknik analisis data <i>parametric</i> dan <i>non parametric</i>	Skala prokastinasi akademik yang digunakan berdasarkan teori dari Ferrari (1995), sedangkan skala <i>self-regulated learning</i> yang digunakan didasarkan pada teori Zimmerman (1989) dan skala dukungan sosial yang digunakan didasarkan pada	266 Mahasiswa di masa pandemi	Kesimpulan yang dapat disimpulkan dalam penelitian ini adalah prokrastinasi terbukti dapat dikurangi atau dapat diminimalisir dengan cara menguatkan <i>self regulated learning</i> pada mahasiswa. Sehingga mahasiswa dapat membuat

---

individu mempunyai *self regulated learning*, maka individu tersebut akan dengan aktif melakukan pembelajaran secara sistematis dengan merencanakan strategi apa yang hendak dilakukan dan tujuan apa yang hendak dicapai selama proses belajarnya sehingga selama melakukannya, individu akan memonitoring tindakannya dan mengevaluasinya untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan dan memunculkan

teori Safarino (2012). Ketiga skala dirancang sendiri oleh peneliti dan telah di uji validitas dan reliabilitasnya.

strategi atau perencanaan dan memonitoring proses belajarnya.

---

				kemandirian belajar pada individu.				
9.	Tri Yuningsih, Sumedi. P. Nugraha	<i>Academic Hardiness</i> sebagai Mediator untuk Pengaruh Dukungan Sosial terhadap <i>Academic Distress</i> pada Mahasiswa Magister Psikologi Profesi	2021	Menurut Benishek, dkk. (2005) <i>academic hardiness</i> merupakan keahlian individu dalam bereaksi pada suatu kesulitan akademik. <i>Academic hardiness</i> yang tinggi ditandai dengan adanya <i>control of affect</i> (kemampuan dalam mengelola emosi), <i>control of effort</i> (kemampuan untuk beradaptasi dengan sekitar), <i>commitment</i> (kemampuan	Penelitian mediasi sederhana	skala <i>distress</i> dari General Health Questionnaire (GHQ-12) oleh Goldberg dan Williams (1988), skala Kessler Psychological Distress Scale (Kessler-10), dan skala <i>academic distress</i> Chua, Ng, Park	114 Mahasiswa Magister Psikologi Profesi	Kesimpulan dari penelitian ini adalah apabila tingkat dukungan sosial tinggi, maka <i>academic distress</i> yang dimiliki akan semakin rendah; Tingginya dukungan sosial yang diterima tidak membuat <i>academic hardiness</i> tinggi juga. Tingginya <i>academic hardiness</i> yang dimiliki tidak membuat <i>academic distress</i> semakin rendah. Sehingga dapat

				<p>untuk berusaha untuk lebih baik), dan <i>challenge</i> (kemampuan untuk semakin berkembang seiring waktu). Kamtisos dan Karagianopoulou (2013) menyatakan bahwa dengan tingkat <i>academic hardiness</i> yang tinggi dapat membantu mahasiswa dalam mengubah pengalaman negatif peluang untuk pmeningkatkan kegiatan pembelajaran</p>					<p>dikatakan secara keseluruhan bahwa tidak terdapat korelasi antara dukungan sosial dan <i>academic distress</i> dengan <i>academic hardiness</i> sebagai mediator</p>
10.	Humaira Uswatun	<i>Self-Regulated Learning</i> dan	2023	Menurut Steel (2007)	Metode kuantitatif	Skala prokrastinasi	210 Mahasiswa	Berdasarkan penelitian yang	

Hasanah Ichsan, M. Ahkam Alwi	Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Aktif Berorganisasi	prokrastinasi dapat disebabkan karena kegagalan dalam pengontrolan diri, efikasi diri, dan rasa takut gagal	akademik didasarkan pada teori dari Ferrari, Johnson & McCown (1995) yang telah dikembangkan oleh Yeli (2021). Skala <i>self- regulated learning</i> didasarkan dari teori Zimmerman (1989) yang dikembangkan oleh Lembut (2016).	Aktif Berorganisasi	telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa <i>self regulated learning</i> memiliki hubungan dengan tingkat prokrastinasi pada mahasiswa. Semakin tinggi tingkat <i>self regulated</i> yang dimiliki, tingkat prokrastinasi akan semakin rendah.		
11. Kristofer Biaggi Susanto,	Kontribusi <i>Social Support</i> terhadap <i>Hardiness</i>	2020	Menurut Maddi, (2013) <i>hardiness</i> adalah pola kepribadian dari	Penelitian kuantitatif menggunakan metode	Alat ukur <i>hardiness</i> ini menggunakan skala <i>likert</i>	Mahasiswa angkatan 2016-2018 psikologi di	Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa seluruh

Heliany Kiswantomono	pada Mahasiswa Fakultas Psikologi	campuran sikap hubungan dan strategi yang fungsional membantu individu dalam mengubah keadaan tertekan menjadi sebuah peluang untuk bertumbuh. Pola kepribadian yang dimaksud adalah <i>commitment</i> , <i>control</i> , dan <i>challenge</i> (3C) Menurut Cohen (2000) <i>social support</i> merupakan bantuan yang diberikan oleh orang-orang disekitar, bisa berasal dari teman, keluarga, pasangan dan organisasi.	berdasarkan teori dari Maddi (2006) Alat ukur Dukungan sosial ini menggunakan skala <i>likert</i> berdasarkan teori dari Cohen (2000)	Universitas X Bandung sejumlah 204 yang menggunakan teknik <i>purposive sample</i>	jenis <i>social support</i> dibutuhkan oleh mahasiswa angkatan Fakultas Psikologi di Universitas 'X' Bandung untuk meningkatkan <i>hardiness</i> , dengan <i>tangible support</i> sebagai bentuk dukungan yang paling dibutuhkan.
-------------------------	--	---	--	--	---

Berikut merupakan penjelasan mengenai poin-poin keaslian penelitian :

### **1. Keaslian Topik**

Topik pada penelitian ini adalah hubungan dukungan sosial dan *hardiness* dengan *self regulated learning* pada mahasiswa tingkat akhir di Yogyakarta. Penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya mengenai *self regulated learning*. Hasbi & Alwi (2022) melakukan penelitian mengenai pengaruh dukungan sosial terhadap *hardiness* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Ichsan & Alwi (2023) meneliti mengenai hubungan *self regulated learning* dan prokrastinasi pada mahasiswa yang berorganisasi. Suroso et al. (2021) meneliti mengenai *self regulated learning* dan dukungan sosial pada prokrastinasi akademik mahasiswa di masa pandemi. Merianda & Rozali (2020) meneliti mengenai pengaruh *self regulated learning* terhadap *hardiness* pada santri Mts Pondok Pesantren Daar El-Qolam 1 Tangerang. Dapat dikatakan sejauh ini, hanya penelitian ini yang membahas dukungan sosial, *hardiness* dan *self regulated learning* pada satu topik penelitian.

### **2. Keaslian Teori**

Berdasarkan penelitian-penelitian terdahulu, peneliti menemukan kesamaan dalam *grand theory* pada variabel *self regulated learning*, seperti penelitian yang dilakukan oleh Hasbi & Alwi (2022), (Andi et al., 2022), (Savawi & Hariyadi, 2023), (Suroso et al., 2021) dan (Ichsan & Alwi, 2023) yaitu berdasarkan teori dari Zimmerman (1990). Pada

penelitian sebelumnya mengenai variabel dukungan sosial memiliki kesamaan *grand theory* dengan penelitian yang dilakukan oleh Hasbi & Alwi (2022) yaitu berdasarkan teori dari Zimet et al. (1988). Pada penelitian sebelumnya mengenai variabel *hardiness* memiliki kesamaan *grand theory* dengan penelitian yang dilakukan Hasbi & Alwi (2022) berdasarkan teori dari Kobasa (1982).

### **3. Keaslian Alat Ukur**

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan alat ukur yang sudah dan alat ukur yang peneliti susun sendiri dengan menyesuaikan kondisi dan situasi subjek penelitian. Pada variabel *self regulated learning* menggunakan skala yang peneliti susun sendiri berdasarkan teori dari Zimmerman (1990) yang terdiri dari tiga aspek, yaitu metakognitif, motivasi dan perilaku. Pada variabel dukungan sosial menggunakan skala *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) berdasarkan teori Zimet et al. (1988) yang telah dimodifikasi berdasarkan hasil adaptasi Hasbi & Alwi (2022) dan terdiri dari tiga aspek *family*, *friend* dan *significant other*. Dan pada variabel *Hardiness* peneliti susun sendiri berdasarkan teori dari Kobasa (1979) yang terdiri dari tiga aspek, yaitu *commitmen*, *control*, *challenge*

### **4. Keaslian Subjek Penelitian**

Pada penelitian ini, karakteristik responden yang digunakan adalah mahasiswa yang berada pada tingkat akhir yang sekarang sedang menjalankan tugas skripsi atau tugas akhir, berkuliah di D.I Yogyakarta,



angkatan 2020 ke bawah, laki-laki dan perempuan. Berbeda dengan karakteristik yang digunakan oleh (Merienda & Rozali, 2020) yaitu dengan menggunakan siswa Mts sebagai subjek penelitian. Penelitian Ichsan & Alwi (2023) yang menggunakan subjek dengan kriteria mahasiswa yang sedang berorganisasi, serta pada penelitian Suroso et al. (2021) yang menggunakan subjek dengan kriteria mahasiswa secara umum. Pada penelitian Hasbi & Alwi (2022) yang menggunakan subjek mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi sebagai karakteristik subjek.



## BAB V

### KESIMPULAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan *hardiness* dengan *self regulated learning* pada mahasiswa tingkat akhir di Yogyakarta. Selain itu, jika ditinjau dari hubungan variabel bebas dengan variabel tergantung secara terpisah, diperoleh hasil penelitian, sebagai berikut: pada variabel dukungan sosial terdapat hubungan yang signifikan dengan variabel *self regulated learning* dimana semakin tinggi dukungan sosial yang dimiliki mahasiswa, maka akan semakin tinggi juga *self regulated learning* yang dimiliki, begitupun sebaliknya. Pada variabel *hardiness* juga terdapat hubungan yang signifikan dengan variabel *self regulated learning* dimana semakin tinggi *hardiness* yang dimiliki mahasiswa, maka akan semakin tinggi juga *self regulated learning* yang dimiliki, begitupun sebaliknya.

#### B. Saran

##### 1. Bagi Mahasiswa

Berdasarkan hasil penelitian yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan *hardiness* dengan *self regulated learning*. Mahasiswa tingkat akhir dalam mengerjakan tugas akhir atau skripsi perlu memperhatikan lebih lanjut mengenai *self regulated learning* dalam proses pengerjaan yang mana hal tersebut

dapat menjadi strategi yang tepat atau strategi yang sesuai pada diri masing-masing mahasiswa sehingga dalam proses pengerjaan tugas akhir atau skripsi dapat dikerjakan secara efisien dan tepat waktu.

Selain itu, mahasiswa juga perlu untuk mengetahui faktor-faktor pendukung dari *self regulated learning* sendiri seperti dalam konteks penelitian ini adalah dukungan sosial (sebagai faktor eksternal) dan *hardiness* (sebagai faktor internal) yang mana keduanya dapat memiliki hubungan dengan tingkat *self regulated learning*. Dengan semakin paham mengenai konsep dari keterkaitan antara dukungan sosial dan *hardiness* dengan *self regulated learning*, maka akan semakin mempermudah mahasiswa tingkat akhir dalam penyelesaian tugas akhir atau skripsi.

## 2. Perguruan Tinggi

Bagi perguruan tinggi, diharapkan dapat memberikan perhatian lebih mengenai *self regulated learning* seperti memberikan webinar, psikoedukasi, pelatihan dan kegiatan-kegiatan yang membahas terkait hal tersebut yang mana dalam kegiatan tersebut mahasiswa diberikan pemahaman pentingnya penerapan *self regulated learning* dalam proses pengerjaan tugas akhir dan skripsi. Selain itu, pihak perguruan tinggi secara tidak langsung juga dapat hadir sebagai dukungan sosial yang mana hal tersebut dapat berpengaruh pada mahasiswa tingkat akhir secara pribadi yang nantinya akan dapat mempengaruhi *self regulated learning* mahasiswa dalam proses pengerjaan tugas akhir dan skripsi.

### 3. Peneliti Selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya, hasil temuan dari penelitian ini dapat dijadikan referensi tambahan dalam mengkaji persoalan terkait dengan *self regulated learning* dengan mempertimbangkan faktor-faktor lainnya yang dapat mempengaruhi. Dalam melakukan penelitian baru dengan topik yang sama, dapat mengganti atau menambahkan variabel-variabel lain selain variabel yang digunakan dalam penelitian ini (dukungan sosial dan *hardiness*). Dengan menambah variabel-variabel baru lainnya yang akan memperluas pengkajian mengenai topik *self regulated learning*. Selain itu, peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan metode penelitian yang berbeda dari penelitian ini yang dapat memperkaya topik dari *self regulated learning*. Peneliti selanjutnya juga dapat meninjau dari sisi demografi yang lebih luas sesuai dengan kondisi subjek penelitian sehingga data yang diperoleh tidak hanya melihat hubungan antar variabel saja.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## DAFTAR PUSTAKA

- Adicondro, N., & Purnamasari, A. (2011). Efikasi Diri, Dukungan Sosial Keluarga Dan Self Regulated Learning Pada Siswa Kelas Viii. *HUMANITAS*, 8(1), 17–27. <https://doi.org/10.26555/humanitas.v8i1.448>
- Albert Bandura. (1997). *Albert Bandura Self-Efficacy: The Exercise of Control*. W.H. Freeman and Company.
- Alwisol. (2009). *Psikologi Kepribadian. edisi revisi*. Malang. UMM Press.
- Amalia. (2017). Pengaruh Hardiness Dan Efikasi Diri Terhadap Regulasi Diri. *Psikoborneo*, 5(4), 521–530. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v5i4.4470>
- Andi, S., Khairunnisa, A., Daud, M., & Nur, H. (2022). Pengaruh dukungan sosial terhadap self regulated learning siswa dalam belajar daring di kota Makassar. *Jurnal Talenta Mahasiswa*, 2(2), 81–91. <https://ojs.unm.ac.id/jtm/article/view/38414>
- Apollo, & Cahyadi, A. (2012). Konflik Peran Ganda Perempuan Menikah Yang Bekerja Ditinjau Dari Dukungan Sosial Keluarga Dan Penyesuaian Diri. *Widya Warta*, 02, 254–271.
- Aritonang, L. R. (2007). *Riset Pemasaran. Teori dan Praktik*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Arzani, N. (2022). *Hubungan Self Regulated Learning Dengan Academic Hardiness Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Sedang Menempuh Skripsi*. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Asrun, M., Aspin, & Silondae, D. P. (2020). Hubungan Antara Tingkat Kecerdasan Spiritual Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Psikologi Yang Menyusun Skripsi Di Universitas Halu Oleo Tahun Akademik 2018/2019. *Jurnal Sublimapsi*, 1(1). <https://doi.org/10.36709/sublimapsi.v1i1.10732>
- Astuti, T. P., & Hartati, S. (2013). Dukungan sosial pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi ( Studi Fenomenologis Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UNDIP). *Jurnal Psikologi Undip*, 12(1), 69–81. <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/psikologi/article/download/8339/6870>
- Azalia, V., & Aslamawati, Y. (2021). Pengaruh Self-Regulated Learning terhadap Student Engagement pada Mahasiswa Ilmu Komunikasi. *Prosiding Psikologi*, 7(2), 305–309.
- Aziz, A. (2016). Hubungan Dukungan Sosial dengan Self Regulated Learning pada Siswa SMA Yayasan Perguruan Bandung Tembung. *Jurnal Pendidikan Ilmu Ilmu Sosial*, 8(2), 103–113. <https://doi.org/10.24114/jupiis.v8i2.5155>

- Azwar, S. (2011). *Metode Penelitian* (Cetakan ke). Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2012). *Metode penelitian*. Metode penelitian.
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi ED. 2* (2nd ed.). Pustaka Pelajar.
- Bai, B., Shen, B., & Mei, H. (2020). Hong Kong primary students' self-regulated writing strategy use: Influences of gender, writing proficiency, and grade level. *Studies in Educational Evaluation*, 65(1–11). <https://doi.org/10.1016/j.stueduc.2020.100839>
- Bakar, N. A., Shuaibu, A., & Bakar, R. A. (2017). Correlation of Self-Regulated Learning and Academic Achievement among Universiti Sultan Zainal Abidin (UniSZA) Undergraduate Students. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 7(4), 254–267. <https://doi.org/10.6007/ijarbss/v7-i4/2804>
- Balashov, E., Pasichnyk, I., & Kalamazh, R. (2021). Metacognitive awareness and academic self-regulation of heii students. *International Journal of Cognitive Research in Science, Engineering and Education*, 9(2), 161–172. <https://doi.org/10.23947/2334-8496-2021-9-2-161-172>
- Baron, R. A., & Byrne, D. E. (2000). *Baron Social Psychology. 9th ed. Massachusetts: A Pearson Education Company* (9th ed.).
- Bartone, P. T., Roland, R. R., Picano, J. J., & Williams, T. J. (2008). Psychological hardiness predicts success in US Army special forces candidates. *International Journal of Selection and Assessment*, 16(1), 78–81. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2389.2008.00412.x>
- Cho, M. H., Kim, Y., & Choi, D. H. (2017). The effect of self-regulated learning on college students' perceptions of community of inquiry and affective outcomes in online learning. *Internet and Higher Education*, 34, 10–17. <https://doi.org/10.1016/j.iheduc.2017.04.001>
- Creswell, J. W. (2012). *Educational Research Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research. Fourth Edition* (4th ed.). Pearson Education, Inc.
- Cutrona, C. E., & Russell, D. (1987). The provisions of social relationships and adaptation to stress. *Advances in Personal Relationships*, 1, 37–67.
- Dinata, P. A. C., Rahzianta, & Zainuddin, M. (2016). Seminar Nasional Pendidikan Sains (SNPS). *Seminar Nasional Pendidikan Sains (SNPS)*, 139–146.
- E.Taylor, S. (2009). Health psychology 10th edition. In *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences: Second Edition* (10th ed.).

- Estell, D. B., & Perdue, N. H. (2013). Social support and behavioral and affective school engagement: the effects of peers, parents, and teachers. *Psychology in the Schools*, 50(4). <https://doi.org/10.1002/pits>
- Farley, J. P., & Kim-Spoon, J. (2014). The development of adolescent self-regulation: Reviewing the role of parent, peer, friend, and romantic relationships. *Journal of Adolescence*, 37(4), 433–440. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2014.03.009>
- Fasikhah, S. S., & Fatimah, S. (2013). Self-Regulated Learning (SRL) Dalam Meningkatkan Prestasi Akademik Mahasiswa. *21st Century Education: A Reference Handbook*, 1(1), 145–155. <https://doi.org/10.4135/9781412964012.n19>
- Feliarosa, D. D., & Simanjuntak, E. (2021). Self regulated learning dan prestasi belajar matematika pada siswa Smalb/B X. *EXPERIENTIA: Jurnal Psikologi Indonesia*, 9(1), 63–70. <http://jurnal.wima.ac.id/index.php/EXPERIENTIA/article/view/3064>
- Fielding, N. (1996). Bias in criminological research. *Journal of Forensic Psychiatry*, 7(1), 5–14. <https://doi.org/10.1080/09585189608409913>
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2012). *How to Design And Evaluate Research In Education*.
- Friedman, H. S., & Schustack, M. W. (2006). *Kepribadian : Teori Klasik dan Riset Modern. Edisi 3*. Erlangga.
- Gay, L. R., Mills, G., & Airasian, P. W. (2009). *Educational research : competencies for analysis and applications (9th ed.)*. Merrill/Pearson, Upper Saddle River, N.J.
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 25 (9th ed.)*. Badan Penerbit Undip.
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. S. (2010). *Teori-teori Psikologis (R. Kusumaningratri (ed.); 1st ed.)*. Ar Ruzz Media.
- Gottlieb, B. H., & Price, R. H. (1983). *Social Support Strategie: Guidelines for Mental Helth Practice*. Baverly Hills.
- Harahap, A. C. P., & Harahap, S. R. (2020). Self Regulated Learning Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 10(1), 36–42.
- Hasbi, F. I., & Alwi, M. A. (2022). Kontribusi Dukungan Sosial terhadap Hardiness pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Talenta Mahasiswa*, 2(2), 92–101.

- Hendrika, D. S., Psikologi, F., & Negeri, U. (2024). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga terhadap Self Regulated Learning Siswa SMPN 18 Padang di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(1).
- Hinton, P. R., McMurray, I., & Charlotte, B. (2004). *SPSS Explained* (1st ed.).
- Ichsan, H. U. H., & Alwi, M. A. (2023). Self-Regulated Learning dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Aktif Berorganisasi Humaira. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 2(4), 11–21. <https://doi.org/10.35760/psi.2018.v11i2.2256>
- Jameson, P. R. (2014). The effects of a hardiness educational intervention on hardiness and perceived stress of junior baccalaureate nursing students. *Nurse Education Today*, 34(4), 603–607. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2013.06.019>
- Jones, M. H., Estell, D. B., & Alexander, J. M. (2008). Friends, classmates, and self-regulated learning: Discussions with peers inside and outside the classroom. *Metacognition and Learning*, 3, 1–15. <https://doi.org/10.1007/s11409-007-9007-8>
- Kobasa, S., Maddi, S. R., & Kahn, S. (1982). Hardiness and Health: A Prospective Study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(1), 168–177.
- Kobasa, Suzanne C. (1979). Stressful Life Event, Personality, and Health: An Inquiry Into Hardiness. *Personality And Social Psychology*, 37(1), 1–11. <https://doi.org/10.1007/BF00263951>
- Kobasa, Suzanne C., Maddi, S. R., & Kahn, S. (1982). Hardiness and health: A prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(1), 173–185. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.42.1.168>
- Kurnia, A., & Ramadhani, A. (2021). Pengaruh Hardiness dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik Mahasiswa. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(3), 657–666. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i3.6506>
- Kusnah, O. M. (2022). *Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Self Regulated Learning Pada Mahasiswa Di Kota Makassar*. Universitas Bosowa Makassar.
- Kutner, M. H., Nachtsheim, C. J., & Li, W. (2005). Applied Linear Statistical Models Fifth Edition. In *Journal of Quality Technology* (Fifth, Vol. 29, Issue 2). McGraw-Hill Companies, Inc. <https://doi.org/10.1080/00224065.1997.11979760>
- Latipah, E. (2017). Pengaruh Strategi Experiential Learning Terhadap Self Regulated Learning Mahasiswa. *Humanitas*, 14(1), 41–56. <https://doi.org/10.26555/humanitas.v14i1.4547>



- Maddi, S. R. (2002). The story of hardiness: Twenty years of theorizing, research, and practice. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 54(3), 173–185. <https://doi.org/10.1037/1061-4087.54.3.175>
- Maddi, S. R., & Kobasa, S. C. (1984). *The Hardy Executive: Health Under Stress*. Homewood, Ill. : Dow Jones-Irwin.
- Martinez-pons, M. (1996). Test of a model of parental inducement of academic self-regulation. *Journal of Experimental Education*, 64(3), 213–227. <https://doi.org/10.1080/00220973.1996.9943804>
- Mcmahon, M., & Oliver, R. (2001). Promoting Self-Regulated Learning in an on-line Environment. *Proceedings of World Conference on Educational Multimedia, Hypermedia and Telecommunications 2001*, 1299–1305.
- Merianda, N., & Rozali, Y. A. (2020). Pengaruh self regulated learning terhadap hardiness pada santri MTS Pondok Pesantren Daar El-Qolam 1 Tenggerang. *JCA Psikologi*, 1(1), 66–74.
- Montalvo, F. T., & Torres, M. C. G. (2004). Self-Regulated Learning : Current and Future Directions. *Electornic Journal of Research in Educational Psychology*, 2(1), 1–34.
- Munandar, M., & Ruhaena, L. (2023). Self-Efficacy, Religiosity, and Social Support with Undergraduate Students' Self-Regulated Learning in Distance Learning. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 8(2), 157–169. <https://doi.org/10.33367/psi.v8i2.3648>
- Neuman, W. L. (2014). *Basic of Social Research : Qualitative & Quantitative Approaches* (3rd ed.).
- Padmaratri, L. (2020). *Lebih dari 60.000 Mahasiswa Saat Ini Memilih Meninggalkan Jogja*. *Harian Jogja*. <https://jogjapolitan.harianjogja.com/read/2020/08/02/510/1046059/lebih-dari-60.000-mahasiswa-saat-ini-memilih-meninggalkan-jogja>
- Perry, J. C., Fisher, A. L., Caemmerer, J. M., Keith, T. Z., & Poklar, A. E. (2015). The Role of Social Support and Coping Skills in Promoting Self-Regulated Learning Among Urban Youth. *Youth and Society*, 50(4), 551–570. <https://doi.org/10.1177/0044118X15618313>
- Pintrich, P. R. (1995). Understanding self-regulated learning what is self-regulated learning? *New Directions For Teaching And Learning*, 63, 3–12.
- Pramitha, R., & Astuti, Y. D. (2021). Hubungan Kesejahteraan Psikologis dengan Kesepian pada Mahasiswa yang Merantau di Yogyakarta. *Jurnal Sosial Teknologi*, 1(10), 1.179-1.186. <https://doi.org/10.36418/jurnalsostech.v1i10.211>

- Putri, M. N. (2021). *Hubungan Dukungan Sosial Dengan Self Regulated Learning Pada Siswa Kelas Xii Smk Negeri 8 Pontianak Di Masa Pandemi Covid-19*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Razak, N. (2017). Pengaruh Self-Regulated Learning Terhadap Persepsi Siswa Mengenai Tugas Akademik Pada Siswa. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(3), 397–403. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v5i3.4426>
- Undang Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012 Tentang Pendidikan Tinggi, 1 (2012). <https://peraturan.bpk.go.id/Details/39063/uu-no-12-tahun-2012>
- Retnawati, H. (2016a). *Analisis Kuantitatif Instrumen Penelitian (Panduan Penelitian, Mahasiswa dan Psikometrian)* (1st ed.). Parama Publishing.
- Retnawati, H. (2016b). Proving Content Validity Of Self-Regulated Learning Scale (The Comparison Of Aiken Index Anf Expanded Gregory Index). *Reseachr and Evaluation in Reducation*, 2(2), 155–164.
- Roellyana, S., & Listiyandini, R. A. (2016). Hubungan Optimisme Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Mengerjakan Skripsi. *Prosiding Konferensi Naasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia*, 1(1), 29–37. <https://doi.org/10.30739/jbkid.v2i2.1726>
- Rohmaniyah, A. (2018). Hubungan antara Self Regulated Learning dengan Prokrastinasi Akademik pada Anggota BEM Universitas X. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi.*, 5(2), 1–6.
- Ruliyanti, B. D., & Laksmiwati, H. (2014). Hubungan antara Self Efficacy dan Self Regulated Learning dengan Prestasi Akademik Matematika Siswa SMAN 2 Bangkalan. *Character*, 3(2), 1–7.
- Rusitayanti, N. W. ., Ariawati, N. W., Indrawathi, N. L. ., & Widianari, N. L. . (2021). Faktor-Faktor Kesulitan Mahasiswa Menyusun Skripsi pada Prodi PENJASKESREK FKIP Universitas PGRI Mahadewa Indonesia Di Era Adaptasi Kebiasaan Baru Tahun 2021. *Jurnal Administrasi Pendidikan Indonesia*, 12(2), 138–148. [https://ejournal2.undiksha.ac.id/index.php/jurnal\\_ap/article/view/618](https://ejournal2.undiksha.ac.id/index.php/jurnal_ap/article/view/618)
- Santrock, J. W. (2002). *Life Span Development: Jilid 2* (2nd ed.). Erlangga.
- Santrock, J. W. (2014). *Essentials of Life Span Development. Third Edition*. McGraw-Hill Education.
- Saputri, K. A., & Sugiharto, D. (2020). Hubungan Antara Self Efficacy Dan Social Support Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Akhir Penyusun Skripsi Di FIP UNNES Tahun 2019. *Journal of Guidance and Counseling*, 4(1), 101–122.

- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions (Seven Edition)* (7th ed.). John Wiley & Sons, Inc.
- Sarason, B. R., Sarason, I. G., & Pierce, G. R. (1990). Social support: An interactional view. In *John Wiley & Sons*.
- Satria Hutama, M. R., Puji Suci, R., & Gunarianto. (2022). Pengaruh Kepemimpinan Dan Dukungan Sosial Terhadap Hardiness Serta Implikasinya Pada Spiritual Well Being Perawat Klinik Kusuma Pertiwi Kediri. *Jurnal Ilmu Manajemen*, 8(1), 85–96.  
<https://sloap.org/journals/index.php/irjeis/article/view/243>
- Savawi, F. F., & Hariyadi, S. (2023). Hubungan Antara Self Regulated Learning dan Dukungan Sosial dengan Kematangan Karier Pada Siswa SMA. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Indonesia*, 8(1), 0–00.  
[https://ejournal2.undiksha.ac.id/index.php/jurnal\\_bk](https://ejournal2.undiksha.ac.id/index.php/jurnal_bk)
- Schultz, S. E., & Schultz, D. P. (2006). *Psychology and Industry Today: An Introduction to Industrial and Organizational Psychology* (2nd ed.). Pearson Education.
- Setiani, I. B. (2021). Self-Compassion Mahasiswa Tingkat Akhir Prodi Bimbingan dan Konseling pada Masa Pandemi Covid-19. *Prophetic : Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, 4(1), 1.  
<https://doi.org/10.24235/prophetic.v4i1.8751>
- Sidrawati, R., Abdullah, S., & Thalib, S. B. (2022). Penerapan Teknik Self Regulated Learning Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Matematika Di MTs DDI Kalukuang Makassar. *Pinisi Journal Of Education*, 1, 1–15. <http://eprints.unm.ac.id/25313/>
- Smith, T., & Renk, K. (2007). Predictors of Academic-Related Stress in College Students: An Examination of Coping, Social Support, Parenting, and Anxiety. *NASPA Journal*, 44(3), 405–431. <https://doi.org/10.2202/1949-6605.1829>
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. ALFABETA, CV.
- Sunartono. (2023). *Jogja Peringkat Teratas Jadi Kota Tujuan Pendidikan*. Harian Jogja.  
<https://pendidikan.harianjogja.com/read/2023/10/29/642/1152913/jogja-peringkat-teratas-jadi-kota-tujuan-pendidikan>
- Suroso, Pratitis, N. T., Cahyanti, R. O., & Sa'idah, F. L. S. (2021). Self Regulated Learning dan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa di Masa Pandemi. *KELUWIH: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 2(1), 1–7. <https://doi.org/10.24123/soshum.v2i1.3953>

- Tarumasely, Y. (2021). Peranan Self Efficacy dan Self Regulated Learning Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa. *JPE (Jurnal Pendidikan Edutama)*, 8(1), 71–80. <https://doi.org/10.22437/bio.v7i2.12824>
- Triyatni, A., & Rozali, Y. A. (2020). Pengaruh Dukunga Sosial Terhadap Self Regulated Learning Pada Siswa Mts Kelas VII Jakarta barat. *JCA Psikologi*, 1(1), 49–58.
- Wahidah, F. R. N., & Kurniawati, F. (2020). Impelementation Of Self-Regulated Learning On Junior High School Student Of Low Social Economic Status. *Journal of Psychology, Religion and Humanity Pendahuluan*, 2(2), 5–24.
- Wahyuni, W., & Rosito, A. C. (2021). Hubungan Antara Self Regulated Learning Dan Intensi Penggunaan Media Sosial Pada Remaja di Kota Medan. *Visi Sosial Humaniora (VSH)*, 2(2), 242–255.
- Wang, C. H., Shannon, D. M., & Ross, M. E. (2013). Students' characteristics, self-regulated learning, technology self-efficacy, and course outcomes in online learning. *Distance Education*, 34(3), 302–323. <https://doi.org/10.1080/01587919.2013.835779>
- Wolters, C. A., Pintrich, P. R., & Karabenick, S. A. (2003). Assessing Academic Self-Regulated Learning. In *Conference on Indicators of Positive Development*. [https://doi.org/10.1007/0-387-23823-9\\_16](https://doi.org/10.1007/0-387-23823-9_16)
- Yukselturk, E., & Bulut, S. (2009). Gender differences in self-regulated online learning environment. In *Educational Technology and Society* (Vol. 12, Issue 3).
- Zamroni, E., Hafidz, A. A., Kholik, & M, U. (2022). Achievement motivation, emotional intelligence and self-regulation and its impact on student academic resilience in the covid-19 pandemic era. *Journal of Legal, Ethical and Regulatory Issues*, 25(3).
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201\\_2](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2)
- Zimmerman, B. (1990). Goal Setting and Self-Efficacy During Self-Regulated Learning. *Educational Psychologist*, 25(1), 3–17. <https://doi.org/10.1207/s15326985ep2501>
- Zimmerman, B. J. (1989). A Social Cognitive View of Self-Regulated Academic Learning. *Journal of Educational Psychology*, 81(3), 329–339. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.81.3.329>
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a Self-Regulated Learner : An Overview. *Theory Into Practice*, 41(2), 64–70. <https://doi.org/10.1207/s15430421tip4102>

- Zimmerman, B. J. (2008). Investigating self-regulation and motivation: Historical background, methodological developments, and future prospects. *American Educational Research Journal*, 45(1), 166–183. <https://doi.org/10.3102/0002831207312909>
- Zimmerman, B. J., & Martinez-Pons, M. (1990). Student Differences in Self-Regulated Learning: Relating Grade, Sex, and Giftedness to Self-Efficacy and Strategy Use. *Journal of Educational Psychology*, 82(1), 51–59. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.82.1.51>
- Zimmerman, B. J., & Pons, M. M. (1986). Development of a Structured Interview for Assessing Student Use of Self-Regulated Learning Strategies. *American Educational Research Journal*, 23(4), 614–628. <https://doi.org/10.3102/00028312023004614>

