

# HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DENGAN RESILIENSI AKADEMIK PADA MAHASISWA TAHUN KETIGA DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS DIPONEGORO

**Vira Desifha Rahmadhani, Dian Ratna Sawitri**

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro  
Jl. Prof. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275

[viradesifhaa@gmail.com](mailto:viradesifhaa@gmail.com)

## ABSTRAK

Resiliensi akademik penting dimiliki oleh mahasiswa tahun ketiga untuk dapat berkembang, bangkit, dan bertahan terhadap kesulitan, tekanan, atau stres di lingkup perkuliahan. Regulasi diri menjadi berguna bagi mahasiswa dalam mengontrol diri untuk mengembangkan, mengimplementasikan, dan mempertahankan perilaku agar dapat mencapai suatu tujuan tertentu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi diri dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tahun ketiga di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa tahun ketiga di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Teknik sampling penelitian ini menggunakan *cluster random sampling* dengan sampel penelitian sebanyak 156 mahasiswa. Pengambilan data penelitian ini menggunakan Skala Regulasi Diri (31 aitem,  $\alpha=.911$ ) dan Skala Resiliensi Akademik (24 aitem,  $\alpha=.906$ ). Hasil analisis data menggunakan menggunakan uji *Spearman's Rho* menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara regulasi diri dengan resiliensi akademik mahasiswa ( $r(154)=0,442$ ,  $p=0,00$  ( $p<0,05$ )). Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi regulasi diri maka semakin tinggi resiliensi akademik mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah regulasi diri maka semakin rendah pula resiliensi akademik mahasiswa.

**Kata kunci:** regulasi diri, *resiliensi akademik*, mahasiswa

# **THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-REGULATION AND ACADEMIC RESILIENCE IN THIRD YEAR STUDENTS AT THE FACULTY OF PSYCHOLOGY DIPONEGORO UNIVERSITY**

**Vira Desifha Rahmadhani, Dian Ratna Sawitri**

Faculty Of Psychology, Diponegoro University  
Jl. Prof. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275

[viradesifhaa@gmail.com](mailto:viradesifhaa@gmail.com)

## **ABSTRACT**

Academic resilience is important for third year students to be able to develop, rise up and withstand difficulties, pressure or stress in the field of study. Self-regulation is useful for students in controlling themselves to develop, implement and maintain behavior in order to achieve a certain goal. This research aims to determine the relationship between self-regulation and academic resilience in third year students at the Faculty of Psychology, Diponegoro University. The population of this study were third year students at the Faculty of Psychology, Diponegoro University. The sampling technique for this research used cluster random sampling with a research sample of 156 students. Data collection for this research used the Self-Regulation Scale (31 items,  $\alpha=.911$ ) and the Academic Resilience Scale (24 items,  $\alpha=.906$ ). The results of data analysis using the Spearman's Rho test showed that there was a significant positive relationship between self-regulation and student academic resilience ( $r(154)=0,442$ ,  $p=0,00$  ( $p<0,05$ )). These results show that the higher the self-regulation, the higher the student's academic resilience. Conversely, the lower the self-regulation, the lower the student's academic resilience.

Key words: self-regulation, academic resilience, students