

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DAN RESILIENSI  
DALAM MENGERJAKAN SKRIPSI PADA MAHASISWA  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DI  
INSTITUT AGAMA ISLAM IBRAHIMY BANYUWANGI**

**SKRIPSI**



Oleh:

**Moh. Hadi Fathoni**  
**NIM : D20163010**

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI JEMBER  
FAKULTAS DAKWAH  
MARET 2021**

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DAN RESILIENSI  
DALAM MENGERJAKAN SKRIPSI PADA MAHASISWA  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DI  
INSTITUT AGAMA ISLAM IBRAHIMY BANYUWANGI**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Institut Agama Islam Negeri Jember  
Untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh  
Gelar Sarjana Sosial (S,Sos.)  
Fakultas Dakwah  
Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

Oleh:

**Moh. Hadi Fathoni**  
**NIM : D20163010**

**Disetujui Pembimbing**



**M. Muhib Alwi, MA.**  
**NIP. 197807192009121005**

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DAN RESILIENSI DALAM  
MENERJAKAN SKRIPSI PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI  
PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DI INSTITUT AGAMA ISLAM  
IBRAHIMY BANYUWANGI**

**SKRIPSI**

Telah diuji dan diterima untuk memenuhi  
salah satu persyaratan memperoleh  
gelar Sarjana Sosial (S.Sos.)  
Fakultas Dakwah  
Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

**Hari** : Selasa  
**Tanggal** : 09 Maret 2021

Tim Penguji

**Ketua**



Dr. Siti Raudhatul Jannah, M.Med.Kom  
NIP. 197207152006042001

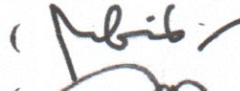

**Sekretaris**



Indah Roziah Cholilah, M.Psi  
NIP. 198700262019032008

**Anggota:**

1. **Muhibbin, M.Si**
2. **M. Muhib Alwi, MA.**

(  )  
(  )

**Menyetujui**  
**Dekan Fakultas Dakwah**



  
Dekan, Abdurrahman Asror, M.Ag  
NIP. 1974060620000310

## MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٥﴾ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٦﴾

**“Maka sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan.**

**Sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan”**

**(Q.S. Al-Insyirah: 5-6).<sup>1</sup>**



---

<sup>1</sup>Depatemen Agama, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. (Bandung: Cordoba Internasional-Indonesia 2013), hlm 34

## PERSEMBAHAN

Beribu ucap syukur kepada Allah SWT. Terimakasih atas dukungan serta dorongannya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan, seabait ucapan kepada mereka yang telah berjasa dalam hidup saya:

1. Penguasa agung alam semesta Allah SWT.
2. Nabi Muhammad SAW.
3. Pelita hati saya, Bapak Imam Mansur dan Ibu Kustini. Terimakasih atas perjuangan, pengorbanan dan kasih sayang yang telah beliau curahkan, serta doa-doa yang selalu terpanjat disetiap waktu untuk saya, adik dan kakak. Juga untuk kelapangan hati untuk selalu memaafkan setiap kesalahan kami.
4. Kakak dan adik saya, Nur faiz habibah dan Naim hikmatutthoyyibah. Terimakasih untuk setiap dorongan juga motivasi yang selalu diberikan, mereka yang ingin melihat saya menjadi orang sukses.
5. Seluruh dosen Fakultas Dakwah. Terimakasih atas bekal ilmu yang telah diberikan dari awal semester hingga sampai saat ini.
6. Seluruh keluarga Bimbingan Konseling Islam tahun 2016. Terimakasih untuk waktu yang singkat ini, berkawan dengan kalian begitu sangat berkesan buat saya, kerjasama, kebersamaan begitu sungguh terasa selama menghabiskan pendidikan ini.

## KATA PENGANTAR

*Alhamdulillah* rabbil 'alamin, Segenap puji syukur penulis sampaikan kepada Allah SWT karena atas rahmat dan karunia-Nya segala tahap penyusunan skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Resiliensi Dalam Mengerjakan Skripsi Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Di Institut Agama Islam Ibrahimy Banyuwangi” sebagai salah satu syarat menyelesaikan program sarjana, dapat terselesaikan dengan baik.

Kesuksesan ini dapat penulis peroleh karena dukungan banyak pihak. Oleh karena itu, penulis menyadari dan menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Babun Suharto, SE., MM selaku Rektor IAIN Jember
2. Bapak selaku Prof. Dr. Ahidul Asror, M.Ag., Dekan Fakultas Dakwah
3. Bapak Muhammad Muhib Alwi, MA., selaku ketua Program Studi
4. Bimbingan dan Konseling Islam sekaligus dosen pembimbing skripsi.
5. Seluruh Dosen Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam yang telah memberikan wawasan, ilmu dan pengalamannya
6. Mahasiswa Fakultas Dakwah IAIN Jember atas kesediaan dan segala bantuan selama penelitian dan penulisan skripsi.

Akhirnya, Semoga segala amal baik yang telah Bapak/Ibu berikan kepada penulis mendapatkan balasan yang baik dari Allah.

Jember, 18 Januari 2021

Moh. Hadi Fathoni

## ABSTRAK

**Moh Hadi Fathoni, 2021:** *Hubungan Antara Regulasi Diri dan Resiliensi Dalam Mengerjakan Skripsi Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Di Institut Agama Islam Ibrahimy Banyuwangi.*

**Kata Kunci:** Regulasi diri, Resiliensi, Mahasiswa Fakultas Dakwah Institut Agama Islam Negeri Jember

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: tingkat regulasi diri mahasiswa, tingkat resiliensi mahasiswa dan untuk mengetahui hubungan antara regulasi diri dengan resiliensi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di IAIN Banyuwangi.

Fokus masalah yang diteliti dalam skripsi ini adalah: 1) Bagaimana tingkat regulasi diri mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di IAIN Banyuwangi? 2) Bagaimana tingkat resiliensi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di IAIN Banyuwangi? 3) Adakah hubungan antara regulasi diri dengan resiliensi terhadap mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di IAIN Banyuwangi

Tujuan penelitian ini adalah: 1) Mengetahui tingkat regulasi diri mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di IAIN Banyuwangi. 2) Mengetahui tingkat tingkat resiliensi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di IAIN Banyuwangi. 3) Mengidentifikasi hubungan antara regulasi diri dengan resiliensi terhadap mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di IAIN Banyuwangi.

Untuk mengidentifikasi permasalahan tersebut, Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif, dengan populasi mahasiswa IAIN Banyuwangi sebanyak 136 orang dan sampel yang digunakan sebanyak 25% yakni 36 orang. Data dalam penelitian ini diperoleh dengan menggunakan skala regulasi diri dan resiliensi.

Penelitian ini memperoleh kesimpulan. 1) Tingkat Regulasi Diri pada mahasiswa fakultas Tarbiyah IAI Ibrahimy genteng banyuwangi berada pada kategori kuat dengan persentase mencapai 91,7%. 2) Tingkat Resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi pada mahasiswa fakultas Tarbiyah IAI Ibrahimy genteng banyuwangi berada pada kategori sangat lemah dengan persentase mencapai 74,6%. 3) Terdapat hubungan yang positif antara regulasi diri dengan resiliensi. Semakin tinggi regulasi diri yang dimiliki seorang mahasiswa maka akan semakin tinggi tingkat resiliensinya, sebaliknya semakin rendah regulasi diri mahasiswa maka akan semakin rendah tingkat resiliensinya.

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>PERSETUJUAN PEMBIMBING.....</b>	<b>ii</b>
<b>PENGESAHAN TIM PENGUJI.....</b>	<b>iii</b>
<b>MOTTO.....</b>	<b>iv</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>viii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Manfaat Penelitian .....	8
E. Ruang Lingkup Penelitian.....	9
1. Variable Penelitian .....	9
2. Indikator Variabel .....	10
F. Definisi Operasional .....	11
G. Asumsi Penelitian .....	14
H. Hipotesis .....	15
I. Sistematika Pembahasan.....	16
<b>BAB II KAJIAN KEPUSTAKAAN</b>	
A. Penelitian Terdahulu.....	18
B. Kajian Teori.....	28
1. Regulasi Diri.....	28
2. Resiliensi .....	33
C. Kerangka Konseptual .....	39



### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian .....	40
B. Populasi dan Sample .....	41
C. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data .....	41
D. Analisis Data .....	55

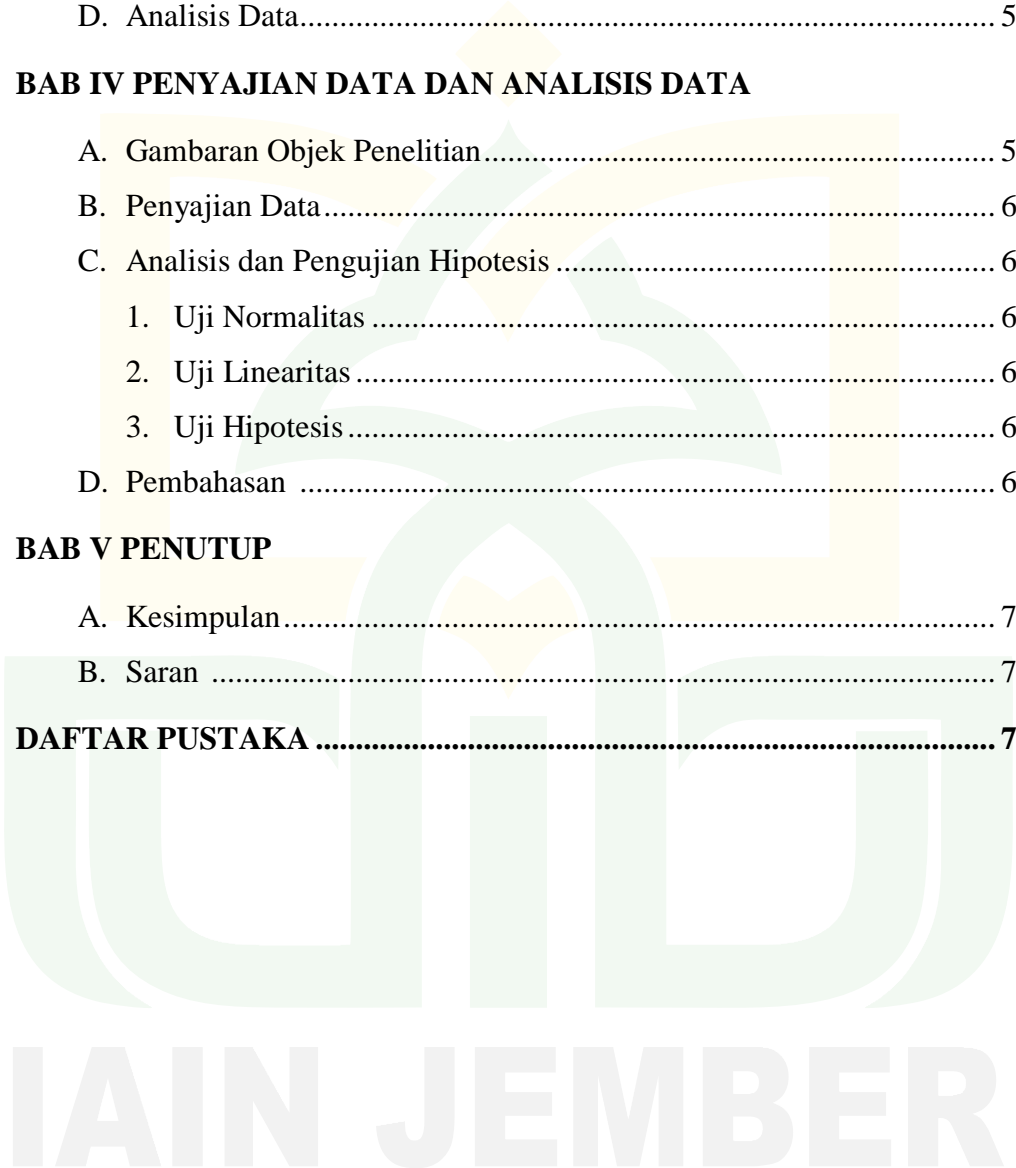
### **BAB IV PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS DATA**

A. Gambaran Objek Penelitian .....	57
B. Penyajian Data .....	60
C. Analisis dan Pengujian Hipotesis .....	64
1. Uji Normalitas .....	64
2. Uji Linearitas .....	65
3. Uji Hipotesis .....	66
D. Pembahasan .....	68

### **BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan .....	74
B. Saran .....	75

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>77</b>
-----------------------------	-----------



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Regulasi diri merupakan penggunaan suatu proses yang mengaktivasi pemikiran, perilaku dan perasaan yang terus menerus dalam upaya untuk mencapai tujuan. Individu melakukan pengaturan diri ini dengan mengamati, mempertimbangkan, memberikan suatu hukuman terhadap perilakunya sendiri. Kemampuan pengaturan ini berupa standar-standar bagi tingkah laku seseorang dan suatu kemampuan untuk mengamati dirinya sendiri, menilai diri sendiri, dan memberikan respon terhadap diri sendiri.<sup>2</sup>

Regulasi diri merupakan proses individu untuk mengatur dan memperbaiki diri, serta mempunyai tujuan atau target yang ingin dicapai. Ketika selesai pada pencapaian, maka ada suatu proses mengevaluasi dari pencapaian tersebut, ketika proses maksimal dapat tercapai individu biasanya merasakan kepuasan dalam dirinya. Dukungan regulasi diri yang baik akan mendorong berbagai keberhasilan yang terjadi, terutama bagi mahasiswa atau remaja dalam proses masa pertumbuhan dan perkembangan.<sup>3</sup>

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian kolerasional dan juga merupakan penelitian *cross-sectional study*. Peneliti menentukan jumlah sampel penelitian yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak seratus sampel. Menunjukkan hasil penelitian bahwa subjek penelitian yang dimiliki regulasi diri tinggi adalah 83%, selebihnya memiliki

---

<sup>2</sup> Alwisol, Psikologi Kepribadian, ( Malang: UMM Press, 2018 ), 301.

<sup>3</sup> Abdul Manab, Psychology Humanity, ( Universitas Muhammadiyah Malang, 2016 ), 7.

tingkat regulasi diri rendah yaitu sebanyak 5%. Hal tersebut dapat diinterpretasikan bahwa subjek penelitian memiliki sikap yang terbentuk dari aspek regulasi diri yaitu memiliki standar, melakukan *monitoring*, dan bertindak. Berdasarkan data tersebut terdapat kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara regulasi diri dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi regulasi diri maka semakin rendah kecemasan menghadapi dunia kerja ataupun sebaliknya.<sup>4</sup>

Penelitian lain mengenai regulasi diri juga dilakukan oleh Putri Ramadhani Ayu Ardina, Dwi Kencana Wulan (2016) tentang “*Pengaruh Regulasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMA*” Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Pendekatan yang digunakan untuk memilih sampel adalah *cluster random sampling*. Penelitian ini menggunakan 120 orang subjek penelitian. Populasi dari penelitian ini adalah individu yang berstatus sebagai siswa kelas X di SMA Negeri 10 Jakarta.

Menunjukkan hasil penelitian bahwa hasil dari data deskriptif penelitian sendiri menunjukkan bahwa , sebagian besar siswa kelas X di SMA Negeri 10 Jakarta memiliki tingkat kategorisasi skor prokrastinasi akademik yang dimiliki tergolong tinggi yaitu sebesar 54% dan sekitar 58% siswa penelitiannya yang dilakukan pada remaja di tahun 2011. Berdasarkan pengujian statistik dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh signifikan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik. Pengaruh yang dihasilkan

---

<sup>4</sup> Teuku Riki Azhari, Mirza. Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Syiah Kuala, Hubungan Regulasi Diri dengan Kecemasan Menghadapi Dunia 2016 , hlm 27

bersifat negatif, yang artinya semakin tinggi regulasi diri, maka akan semakin rendah prokrastinasi Akademik. Pengaruh regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik sebesar 29,3% dan 70.7% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Menghadapi adanya regulasi diri pada mahasiswa diperlukan keyakinan mahasiswa akan kemampuan mereka untuk menghadapi permasalahan dan melakukan tindakan yang dibutuhkan dalam menyelesaikan tugas akhir untuk mendapatkan hasil yang diharapkan. Keyakinan seseorang akan kemampuan yang dimiliki dalam bidang psikologi sering disebut dengan istilah resiliensi.

Desmita mengatakan bahwa resiliensi merupakan suatu kemampuan insani yang dimiliki oleh seseorang, kelompok atau masyarakat yang memungkinkan untuk menghadapi, mencegah, serta meminimalkan dan bahkan menghilangkan dampak-dampak yang merugikan dari kondisi-kondisi yang tidak menyenangkan, bahkan mengubah kondisi kehidupan yang menyengsarakan menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi. Bagi mereka yang resilien, resiliensi membuat hidupnya menjadi lebih kuat. Artinya, resiliensi akan membuat seseorang berhasil untuk menyesuaikan diri dalam berhadapan dengan kondisi-kondisi yang tidak menyenangkan.<sup>5</sup>

Resiliensi bukan sebuah konsep yang umum, yang terwujud dalam seluruh domain dalam kehidupan individu. Seseorang akan mengalami resilien terhadap satu permasalahan yang spesifik, namun belum tentu

---

<sup>5</sup> Desmita, Psikologi Perkembangan, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2015), 228.

demikian juga terhadap permasalahan yang lainnya. Resiliensi ini merupakan suatu fenomenal multidimensional dengan konteks yang spesifik serta mencakup berbagai perubahan didalam perkembangan.<sup>6</sup>

Hal ini resiliensi telah dijelaskan dalam beberapa penelitian. Sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Shahnaz Roellyana (2016) yang berjudul tentang *“Peranan Optimis Terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Mengerjakan Skripsi”* Penelitian ni menggunakan teknik *sampling insidental*, dengan jumlah sampel 151 mahasiswa tingkat akhir yang telah mengerjakan skripsi lebih dari 1 semester dengan rentang usia 21-25 tahun. Menghasilkan hasil bahwa optimisme memiliki peran yang signifikan dalam meningkatkan resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi. Kontribusi yang diberikan optimisme dalam meningkatkan resiliensi sebesar 12.3% dan 87.7% yang dipengaruhi faktor lain. Hal ini mengindikasikan bahwa apabila mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi memiliki keyakinan untuk mendapatkan hasil yang baik dan selalu berpikiran positif, maka itu akan membantu mereka untuk lebih mampu menghadapi kesulitan-kesulitan yang terjadi selama proses pengerjaan skripsi.

Pada jurnal penelitian yang ditulis oleh Ayusafira Sukmaningpraja, dan Fauzan Heru Santhoso (2016) dengan judul *“Peran Regulasi Emosi Terhadap Resiliensi Pada Siswa Sekolah Berasrama Berbasis Semi Militer”*

Adapun penelitian ini menggunakan metode analisis regresi linier sederhana.

---

<sup>6</sup> Wiwin Hendriani, Resiliensi Psikologi (Jakarta Timur: Prenada Media Group, 2019), 22. 7 Shahnaz Roellyana, Peranan Optimis Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Mengerjakan Skripsi, 2016, hlm 35.

Adapun alat ukur yang digunakan adalah kuisioner yang terdiri dari dua skala, yaitu skala resiliensi dan skala regulasi emosi. Pada penelitian ini berkesimpulan bahwa regulasi emosi berperan terhadap resiliensi pada siswa sekolah berasrama berbasis militer. Dalam hal tersebut semakin tinggi regulasi emosi yang dimiliki siswa maka akan semakin tinggi pula resiliensi pada siswa. Sedangkan regulasi emosi berperan sebanyak 46,6% terhadap resiliensi.<sup>7</sup>

Pada penelitian lain yang ditulis Prihastuti (2011) dengan judul “*Profil Resiliensi Pendidik Berdasarkan Resilience Quetient Test*” Pada jurnal ini metode yang digunakan adalah kuantitatif. Adapun metode pengumpulan data menggunakan angket, kemudian diuji menggunakan analisis deskriptif. Pada penelitian ini berkesimpulan bahwa gambaran resiliensi staf pengajar Fakultas Psikologi Universitas Airlangga yang diungkap dengan *Resilience Quetient Test (RQ)* dari tujuh faktor yang terdapat beberapa faktor yang menunjukkan hasil yang saling berlawanan.<sup>8</sup>

Oleh karena itu berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa resiliensi adalah sebuah proses dinamis, yang melibatkan peran dengan berbagai faktor individual maupun faktor sosial serta lingkungan, yang mencerminkan ketangguhan seseorang untuk bangkit dari pengalaman emosional negatifnya saat menghadapi situasi sulit yang menekan maupun mengandung hambatan yang signifikan.<sup>9</sup>

---

<sup>7</sup> Ayusafira Sukmaningpraja, Peran Regulasi Emosi Terhadap Resiliensi Pada Siswa Sekolah Berasrama Berbasis Semi Militer, (2016), hlm 27.

<sup>8</sup> Prihastuti, Profil Resiliensi Pendidik Berdasarkan Resilience Quetient Test, (2011), hlm 72.

<sup>9</sup> Wiwin Hendriani, Resiliensi Psikologi (Jakarta Timur: Prenada Media Group, 2019),

Keterkaitan antara regulasi diri dengan resiliensi bahwa regulasi diri dapat berfungsi sebagai konstruksi resiliensi pada mahasiswa. Hal ini diperkuat dalam penelitian Hiew (2004) yang menyatakan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara regulasi diri dengan resiliensi diri.<sup>10</sup>

Variabel dari regulasi diri memiliki keterkaitan dengan resiliensi, yakni sebagai faktor protektif untuk masalah dari mahasiswa. Serta regulasi diri berperan sebagai salah satu faktor dalam meningkatkan resiliensi bagi mahasiswa. Selain itu Dias dan Cadime (2017) mengatakan bahwa regulasi diri dapat sangat relevan untuk memahami tingkat resiliensi individu, sebagai bentuk untuk menciptakan kehidupan yang diinginkan.<sup>11</sup>

Beberapa diantaranya terjadi pada mahasiswa IAIN (Institut Agama Islam Ibrahimy) Prodi Pendidikan Agama Islam yang mempunyai beragam problem dalam setiap individu, diantaranya ada yang sibuk bekerja, serta sibuk dengan keluarga. Hal ini yang menjadi hambatan mahasiswa yang tidak bisa menuntaskan studinya dalam batasan waktu yang singkat, ini yang menjadi menarik dalam pandangan peneliti. Dalam hal ini peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara regulasi diri dan resiliensi dalam Mengerjakan Skripsi pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam di Institut Agama Islam Ibrahimy Banyuwangi”.

---

<sup>10</sup> Hiew, Resilience: Self-Regulation And Latting Go, (In International Congress Of Psychology : 2004), 1-10.

<sup>11</sup> Dias dan Candime, Protective Factor And Resilience In Adolescent: The Mediating Role Of Self Regulation, (Psicologia Educativa : 2017), 3743.

## B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah adalah suatu hal yang sangat penting di dalam suatu penelitian, karena rumusan masalah tidak boleh keluar dari topik yang sedang dibahas. Sogiyono di dalam bukunya Ninit Alfianika mengatakan bahwa rumusan masalah merupakan suatu pernyataan yang akan dicari jawabannya melalui pengumpulan data. Rumusan masalah ini sangat erat kaitanya dengan masalah, karena setiap rumusan masalah penelitian harus didasarkan pada masalah.<sup>12</sup>

Adapun rumusan masalah yang diangkat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat regulasi diri mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di IAIN Banyuwangi?
2. Bagaimana tingkat resiliensi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di IAIN Banyuwangi?
3. Adakah hubungan antara regulasi diri dan resiliensi terhadap mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di IAIN Banyuwangi

## C. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah merupakan suatu standar akhir yang ingin dicapai dalam suatu proses, dan tujuan merupakan titik tolak yang sangat menentukan dalam memberikan arah dan langkah bagi suatu kegiatan. Sejalan dengan hal tersebut, Marzukih mengemukakan tujuan dalam penelitian sebagai berikut:

---

<sup>12</sup> Ninit Alfianika, Metode Penelitian Pengajaran: Bahasa Indonesia, (Yogyakarta: Deepublish,2018), 43.



*Research* berasal dari kata *re* (kembali) dan *to search* (mencari) sehingga *research* berarti mencari kembali. *Research* merupakan suatu proses yang bertujuan untuk menemukan, mengembangkan, dan menguji kebenaran suatu pengetahuan. Dengan cara mengumpulkan, mencatat, dan menganalisis informasi atau data.<sup>13</sup>

Sehubungan dengan rumusan masalah yang telah diuraikan, maka yang menjadi tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui regulasi diri pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di IAIN Banyuwangi.
2. Untuk mengetahui resiliensi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di IAIN Banyuwangi.
3. Untuk mengetahui hubungan antara regulasi diri dan resiliensi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di IAIN Banyuwangi.

#### **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian berisi tentang kontribusi apa yang akan diberikan setelah melakukan penelitian. Manfaat dapat berupa yang bersifat teoritis dan manfaat praktis, seperti manfaat bagi penulis, instansi dan masyarakat secara keseluruhan.

Adapun manfaat dari penelitian yang didapatkan pada penelitian ini terbagi menjadi dua, yaitu manfaat secara teoritis dan manfaat secara praktis, diantaranya adalah:

---

<sup>13</sup> Marzuki, Metodologi Riset, (Yogyakarta: 2005), 9.

## 1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan wawasan bagi pengembangan ilmu Bimbingan dan Konseling Islam di perguruan tinggi khususnya tentang regulasi diri dan resiliensi dalam mengerjakan Skripsi pada mahasiswa.
- b. Penelitian ini diharapkan menjadi bahan dalam menerapkan metode penelitian, khususnya yang berkaitan dengan regulasi diri dan resiliensi dalam mengerjakan skripsi pada mahasiswa.

## 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi peneliti, dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan tentang bagaimana cara mengatasi hubungan antara regulasi diri dengan resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.
- b. Bagi mahasiswa, sebagai bahan informasi bagi mahasiswa lainnya untuk mengembangkan pengetahuan yang telah ada.
- c. Bagi lembaga IAIN, hasil dari suatu penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam mewarnai karya ilmiah khususnya dalam bidang penelitian.

## E. Ruang Lingkup Penelitian

### 1. Variabel Penelitian

Variabel dapat diartikan bermacam-macam, dalam tulisan variabel penelitian ini pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari

sehingga diperoleh suatu informasi tentang hal tersebut, lalu ditarik kesimpulannya.<sup>14</sup> Dalam tulisan variabel dapat diartikan sebagai segala sesuatu yang akan menjadi objek pengamatan dalam penelitian. Bisa dinyatakan variabel penelitian itu sebagai faktor yang berperan dalam peristiwa atau gejala yang akan diteliti.<sup>15</sup> Konsep tentang apapun asal ia memiliki ciri-ciri yang bervariasi atau beragam dapat disebut sebagai variabel.<sup>16</sup>

Adapun variabel-variabel yang terdapat dalam penelitian ini adalah:

- a. Variabel Independen (variabel bebas) :
  - 1) Regulasi Diri : ( X )
- b. Variabel Dependen (variabel terikat) :
  - 1) Resiliensi mahasiswa : (Y)

## 2. Indikator Variabel

Setelah variabel penelitian terpenuhi kemudian dilanjutkan dengan mengutarakan indikator variabel yang merupakan rujukan empiris dari variabel yang diteliti.

Adapun indikator dan variabel yang terdapat dalam judul penelitian ini adalah:

- a. Variabel regulasi diri (X)
  - 1) Menetapkan tujuan dalam belajar bagi mahasiswa semester akhir

<sup>14</sup> Sugiyono, Statistika Untuk Penelitian. (Bandung: Alfabeta, 2011), 2.

<sup>15</sup> Sumadi Suryabrata, Metodologi Penelitian. (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2006), 25.

<sup>16</sup> Mundir, Statistik Pendidikan Pengantar Analisis Data Untuk Penulisan Skripsi dan Tesis, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014), 9.

- 2) Modifikasi kondisi dan reaksi emosi
  - 3) Mengalokasikan waktu, tenaga dan materi
- b. Variabel resiliensi mahasiswa (Y)
- 1) Sumber dukungan eksternal
  - 2) Sumber dukungan individu
  - 3) Sumber dukungan sosial dan interpersonal

## **F. Definisi Operasional**

Agar dapat memperjelas adanya judul dalam penelitian ini adalah “Hubungan antara regulasi diri dengan *resiliensi* dalam mengerjakan skripsi pada mahasiswa program studi pendidikan agama islam di Institut Agama Islam Ibrahimy banyuwangi”, Istilah yang perlu ditegaskan adalah sebagai berikut:

### **1. Regulasi diri**

Regulasi diri merupakan penggunaan suatu proses yang digunakan untuk menunjukkan pada konsep yang lebih umum mengenai perilaku-prilaku yang diarahkan pada pencapaian tujuan atau *goal-directed behavior* baik secara sadar maupun tidak sadar, serta dapat mengaktivasi suatu upaya untuk mengendalikan pemikiran, perilaku dan perasaan yang terus menerus dalam upaya untuk mencapai tujuan. Individu melakukan pengaturan diri ini dengan mengamati, mempertimbangkan, memberikan suatu hukuman terhadap perilakunya sendiri. Kemampuan pengaturan ini berupa standarstandar bagi tingkah

laku seseorang dan suatu kemampuan untuk mengamati dirinya sendiri, menilai dirinya sendiri, dan memberikan respon terhadap dirinya sendiri.

Adapun indikator dari regulasi diri menurut printich pada penelitian ini adalah:

- a. Metakognisi: Dapat menetapkan tujuan awal dalam mengerjakan tugas akhir, dan dapat menyelesaikan tujuan dalam mengerjakan tugas akhir.
- b. Motivasi: Mampu mengontrol emosi dalam mengerjakan tugas akhir.
- c. Perilaku: Mampu mengatur waktu awal dalam mengerjakan tugas akhir, serta mampu mengatur waktu untuk mengejar target dalam mengerjakan tugas akhir.

Definisi operasional regulasi diri dalam penelitian ini adalah kemampuan seorang mahasiswa dalam mengontrol, mengatur, merencanakan, mengarahkan, dan memonitor perilaku untuk mencapai suatu tujuan tertentu dengan menggunakan strategi tertentu serta melibatkan unsur fisik, kognitif, motivasi, emosional, dan sosial.

Regulasi diri pada seseorang dapat diukur menggunakan skala regulasi diri. Apabila perolehan skor regulasi diri yang diukur menggunakan skala regulasi diri tinggi hal itu menunjukkan bahwa regulasi diri yang dimiliki individu tersebut tinggi dan semakin rendah skor regulasi diri maka semakin rendah regulasi diri yang dimiliki individu tersebut.

## 2. Resiliensi

Resiliensi merupakan suatu proses kemampuan untuk beradaptasi dan tetap teguh dalam situasi yang sulit, kemampuan untuk berfungsi secara kompeten dalam menghadapi berbagai stressor dalam kehidupannya. Jadi proses kemampuan mahasiswa dalam melakukan proses perubahan diri dari mereka pribadi untuk lebih menjadi yang lebih siap untuk menghadapi suatu problem. Proses perubahan resiliensi dari sebelumnya mempunyai berbagai problem, kemudian berproses untuk melakukan perubahan kearah yang lebih siap dalam menghadapi suatu masalah tersebut.

Adapun Individu dalam resiliensi memiliki 3 aspek yang harus ada didalam dirinya, diantaranya:

- a. *I HAVE*: Meliputi mempercayai hubungan, struktur dan aturan dirumah, roll model, dorongan agar menjadi otonom, akses pada kesehatan, pendidikan, kesejahteraan, dan keamanan.
- b. *I AM*: Meliputi perasaan yang dicintai, dan perilaku yang menarik, mencintai empati dan altruistik, bangga pada diri sendiri, otonomi dan bertanggung jawab, harapan, kepercayaan, dan keyakinan.
- c. *I CAN*: Meliputi berkomunikasi, pemecahan masalah, mengelola berbagai perasaan dan perangsangan, mengukur tempramen diri sendiri dan orang lain, mencari hubungan yang dapat dipercaya.

Definisi operasional resiliensi mahasiswa dalam penelitian ini adalah sebuah proses atau kapasitas seorang mahasiswa dalam

beradaptasi atau menyesuaikan diri secara positif dalam menghadapi kesulitan atau kondisi yang mengancam dalam rangka mempertahankan kesejahteraan psikologis maupun fisik pada saat menghadapi tuntutan tugas akhir mahasiswa yaitu skripsi. Tingkat resiliensi pada mahasiswa dapat diukur dari skala resiliensi. Semakin rendah skor yang diperoleh, menunjukkan semakin rendah tingkat resiliensi pada mahasiswa. Begitu pula sebaliknya semakin tinggi skor yang diperoleh, semakin tinggi pula tingkat resiliensi pada mahasiswa tersebut.

### **G. Asumsi Penelitian**

Menjalani penelitian tidak semudah dengan apa yang diketahui, melalui literatur dari sumber-sumber yang ada. Hal ini sehubungan dengan proses dan prosedur penelitian yang harus dilakukan sehingga bisa diuji validitasnya dari hasil penelitian yang dilakukan melalui obyek penelitian tersebut.

Secara faktual, data yang diperoleh dalam suatu penelitian harus dituangkan pada hasil penelitian sebagai sebuah pemaparan keadaan yang sebenarnya, serta kondisi obyektif dari latar belakang obyek penelitian. Dengan demikian secara teoritik, data yang diperoleh merupakan bukti yang konkrit yang dapat dilakukan dengan berbagai macam cara. Misalnya bukti literatur, dokumen-dokumen, dan sebagainya.

Asumsi peneliti mengenai penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Peneliti berasumsi bahwa dengan adanya hubungan antara regulasi diri dengan resiliensi, mahasiswa akan lebih mudah untuk menyelesaikan

tugas akhirnya, karena dengan hal tersebut mahasiswa akan tidak bosan, dan lebih bisa mengatur waktunya untuk menjalankan tugas yang sedang ia jalani.

2. Peneliti berasumsi bahwa mahasiswa yang baik, dan teratur akan semakin cepat untuk mengerjakan tugas akhirnya apabila menerapkan proses dengan tertib.
3. Peneliti berasumsi bahwa dengan adanya hubungan antara regulasi diri dengan resiliensi ada kaitan yang sangat bermakna, karena semakin besar tingkat dalam regulasi diri yang dimiliki oleh setiap individu, maka akan semakin tinggi resiliensi dalam individu tersebut untuk bertahan dalam mencapai tujuan di dalam kehidupan.

#### **H. Hipotesis**

Dalam prosedur penelitian, hipotesis merupakan jawaban yang bersifat sementara terhadap masalah yang diteliti, atau merupakan dugaan sementara yang masih belum terbukti kebenarannya. Adapun hipotesis kerja yang digunakan dalam penelitian ini adalah “Ada hubungan antara regulasi diri dengan resiliensi dalam Mengerjakan Skripsi pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam di Institut Agama Islam Ibrahimy Banyuwangi.

Menurut Sugiyono dalam penelitiannya, hipotesis nol menyatakan bahwa tidak adanya perbedaan antara yang diharapkan dengan kenyataan pada satu variabel atau lebih untuk populasi atau sampel yang sama.<sup>17</sup>

---

<sup>17</sup> Sugiyono, Statistika Untuk Penelitian. (Bandung: Alfabeta, 2011), 86.



Adapun hipotesis nol yang digunakan dalam penelitian ini adalah “Ada Hubungan antara regulasi diri dengan resiliensi dalam Mengerjakan Skripsi pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam di Institut Agama Islam Ibrahimy Banyuwangi.

## **I. Sistematika Penulisan**

Sistematika pembahasan berisi tentang deskripsi alur pembahasan skripsi yang dimulai dari bab pendahuluan hingga pada bab penutup. Format penulisan sistematika pembahasan adalah dalam bentuk deskriptif naratif, bukan seperti pada daftar isi.<sup>18</sup>

BAB I. Berisi pendahuluan yang meliputi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, ruang lingkup penelitian yang meliputi (variabel penelitian dan indikator variabel), definisi operasional, asumsi penelitian, dan sistematika penulisan.

BAB 2. Berisi pembahasan mengenai kajian pustaka yang meliputi hasil penelitian terdahulu, kajian teori dan kerangka konseptual.

BAB 3. Berisi pembahasan mengenai metode penelitian, populasi dan sampel, teknik pengumpulan data, instrumen penelitian, validitas dan reliabilitas instrumen, dan analisis data.

BAB 4. Berisi pembahasan mengenai hasil penelitian yang meliputi tentang paparan data/deskripsi data serta analisis dan pengujian hipotesis.

BAB 5. Berisi pembahasan mengenai pembahasan yang membahas tentang hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti.

---

<sup>18</sup> Tim Penyusun IAIN, Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Pascasarjana. (Jember: STAIN Press, 2015), 15.

BAB 6. Berisi BaB penutup atau kesimpulan dari kesimpulan dan saran- saran.



## BAB II

### KAJIAN KEPUSTAKAAN

#### A. Penelitian Terdahulu

Pada kajian ini, peneliti mencantumkan beberapa hasil dari penelitian terdahulu, yaitu sebagai berikut:

1. Pada penelitian tesis yang ditulis Nur Faiz Habibah (2017) dengan judul *Pengaruh Kreativitas Guru Pendidikan Agama Islam Dan Hasil Belajar Siswa Terhadap Resiliensi Siswa Di SMKN 5 Jember*. Pada tesis ini metode yang digunakan adalah kuantitatif. Adapun pengumpulan data menggunakan dokumentasi dan kuisioner. Pada penelitian ini berkesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan variabel kreativitas Guru Pendidikan Agama Islam terhadap resiliensi siswa, terdapat pengaruh yang signifikan variabel Hasil Belajar Siswa terhadap resiliensi siswa, jadi kesimpulannya ialah Kreativitas Guru Pendidikan Agama Islam lebih berpengaruh terhadap Resiliensi Siswa.<sup>19</sup>
2. Pada jurnal penelitian yang ditulis Prihastuti (2011) dengan judul *Profil Resiliensi Pendidik Berdasarkan Resilience Quetient Test*. Pada jurnal ini metode yang digunakan adalah kuantitatif. Adapun metode pengumpulan data menggunakan angket, kemudian diuji menggunakan analisis deskriptif. Pada penelitian ini berkesimpulan bahwa gambaran resiliensi staf pengajar Fakultas Psikologi Universitas Airlangga yang diungkap

---

<sup>19</sup> Nur Faiz Habibah, Terhadap Resiliensi Siswa Di SMKN 5 Jember, (Thesis, IAIN Jember, JemPengaruh Kreativitas Guru Pendidikan Agama Islam Dan Hasil Belajar ber, 2017).

dengan *Resilience Quetient Test (RQ)* dari tujuh faktor yang terdapat beberapa faktor yang menunjukkan hasil yang saling berlawanan.<sup>20</sup>

3. Pada jurnal penelitian yang ditulis oleh Ayasafira Sukmaningpraja dan Fauzan Heru Santhoso (2016) dengan judul *Peran Regulasi Emosi Terhadap Resiliensi Pada Siswa Sekolah Berasrama Berbasis Semi Militer*. Adapun penelitian ini menggunakan metode analisis regresi linier sederhana. Adapun alat ukur yang digunakan adalah kuisioner yang terdiri dari dua skala, yaitu skala resiliensi dan skala regulasi emosi. Pada penelitian ini berkesimpulan bahwa regulasi emosi berperan terhadap resiliensi pada siswa sekolah berasrama berbasis militer. Dalam hal tersebut semakin tinggi regulasi emosi yang dimiliki siswa maka akan semakin tinggi pula resiliensi pada siswa. Sedangkan regulasi emosi berperan sebanyak 46,6% terhadap resiliensi.<sup>21</sup>

4. Pada jurnal penelitian yang ditulis oleh Febriaty Palupi Hutagalung (2016) dengan judul *Hubungan Antara Self Regulation Dengan Resiliensi Pada Aktivist Organisasi*. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *insidental sampling*. Metode pengumpulan data dalam penelitian skala resiliensi dan skala *self regulation* disusun berdasarkan skala likert. Penelitian ini menggunakan dua skala yaitu skala *self regulation* dan skala resiliensi pada aktivis organisasi. Analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis *produc moment* dari karl pearson. Pada penelitian

---

<sup>20</sup> Prihastuti. 2011. Profil Resiliensi Pendidik Berdasarkan Resilience Quetient Test. Jurnal Penelitian dan Evaluasi Pendidikan. Vol. 15. No. 2.

<sup>21</sup> Ayasafira Sukmaningpraja. 2016. Berasrama Berbasis Semi MiPeran Regulasi Emosi terhadap Resiliensi pada Siswa liter. Gadjah Mada Journal of Psychology. Vol. 2. No. 3.

ini berkesimpulan bahwa hal ini semua menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara *self regulation* dan *resiliensi* pada aktivitas organisasi, maka hipotesis yang diajukan diterima.<sup>22</sup>

5. Pada jurnal penelitian yang ditulis oleh Shahnaz Roellyana dan Ratih Arruum Listiyandini (2016) dengan judul *Peranan Optimisme Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Mengerjakan Skripsi*.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peranan optimisme terhadap resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi. Penelitian ini menggunakan teknik *sampling insidental*, dengan jumlah sampel 151 mahasiswa tingkat akhir. Alat ukur yang digunakan adalah skala *Life Orientation Test Revised (LOT-R)* dan *Connor Davidson Resilience Scale (CD-RISC)* yang telah diadaptasi. Hasil uji regresi sederhana menunjukkan bahwa optimisme berperan secara signifikan terhadap resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi sebesar 12.3%. Hal ini mengindikasikan bahwa apabila mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi memiliki keyakinan untuk mendapatkan hasil yang baik dan selalu berpikiran positif, maka itu akan membantu mereka untuk lebih mampu menghadapi kesulitan yang terjadi selama proses pengerjaan skripsi.<sup>23</sup>

6. Pada penelitian yang ditulis oleh Dwi Nur Rachmah (2015) dengan judul *Regulasi Diri Dalam Belajar Pada Mahasiswa Yang Memiliki Peran*

<sup>22</sup> Febriaty Palupi Hutagalung, Hubungan Antara Self Regulation Dengan Resiliensi Pada Aktivis Organisasi, (Skripsi, Universitas Katolik Soegijapranata, Semarang, 2016).

<sup>23</sup> Shahnaz Roellyana dan Ratih Arruum Listiyandini. 2016. Peranan Optimis terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengerjakan Skripsi. Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia. Vol. 1. No. 1. Halaman 29-37.

*Banyak*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan memahami lebih mendalam bagaimana regulasi diri dalam belajar (*self regulated learning*) mahasiswa yang memiliki banyak peran dengan indeks prestasi tinggi. Pendekatan yang digunakan pendekatan kualitatif-fenomenologi. Subjek penelitian dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data dengan menggunakan observasi dan wawancara. Hasil penelitian menemukan bahwa empat orang subjek menggunakan regulasi diri dalam belajar berupa regulasi kognitif, regulasi motivasi, regulasi perilaku dan regulasi emosi. Selain itu subjek juga melakukan regulasi konteks agar tujuan pembelajaran dapat dicapai. Regulasi diri dalam belajar yang dilakukan oleh para subjek dipengaruhi oleh situasi pencetus dan karakteristik tiap individu bersangkutan. Regulasi diri dalam belajar yang dilakukan juga tidak terlepas dari dukungan sosial yang diberikan kepada mereka.<sup>24</sup>

7. Pada penelitian yang ditulis oleh Ucha Febrianchi Wibowo (2018) dengan judul *Resiliensi Akademik Mahasiswa Yang Sedang Menempuh Skripsi*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran resiliensi akademik mahasiswa yang sedang menempuh skripsi. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel *incidental sampling* jumlah subjek 200 orang serta instrumen yang digunakan adalah skala *the academic resiliensi akademik scale* (ARS-30).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa gambaran resiliensi akademik pada

---

<sup>24</sup> Dwi Nur Rachmah. 2015. Regulasi Diri Dalam Belajar Pada Mahasiswa Yang Memiliki Peran Banyak. *Jurnal Psikologi*. Volume 42. No. 1. Halaman 61-77.

mahasiswa akhir dalam kategori tinggi sebanyak 52,5% dibandingkan dengan mahasiswa dengan kategori Resiliensi akademik rendah sebanyak 47,5%.<sup>25</sup>

8. Pada penelitian yang ditulis oleh Indatus Fatmawati (2018) dengan judul *Hubungan Antara Regulasi Diri Dan Resiliensi Pada Remaja Di Keluarga Yang Bercerai*. Penelitian ini bertujuan menguji secara empirik hubungan antara regulasi diri dan resiliensi pada remaja di keluarga yang bercerai. Subjek penelitian sebanyak 100 remaja yang memiliki orangtua bercerai. Skala yang digunakan untuk mengukur tingkat regulasi diri yaitu skala *Self Regulation Questionnaire* (SRQ) dibuat oleh Miller dan Brown (1991). Skala resiliensi menggunakan skala dari Campbell-Sills dan Stein (2007) yang mengacu pada *Connor Davidson Resillience Scale* (CD-RISC). Metode analisis yang digunakan *Spearman Rho SPSS version 22 for windows*. Korelasi Spearman Rho menunjukkan nilai  $r = 0.445$  dengan  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ). Artinya terdapat hubungan positif antara regulasi diri dan resiliensi pada remaja di keluarga yang bercerai sehingga hipotesis yang diajukan diterima.<sup>26</sup>

**Tabel 1.1 Penelitian Terdahulu**

<b>Penelitian Terdahulu</b>	<b>Metode Penelitian</b>	<b>Hasil Penelitian</b>	<b>Persamaan Penelitian</b>	<b>Perbedaan Penelitian</b>
Nur Faiz Habibah (2017) <i>Pengaruh</i>	Penelitian ini menggunakan metode	Hasil penelitian ini mewujudkan	Persamaan penelitian terdahulu ini	Perbedaan penelitian terdahulu

<sup>25</sup> Ucha Febrianchi Wibowo. 2018. Resiliensi Akademik Mahasiswa Yang Sedang Menempuh Skripsi. Skripsi. Malang: Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang.

<sup>26</sup> Indatus Fatmawati. 2018. Hubungan Antara Regulasi Diri Dan Resiliensi Pada Remaja Di Keluarga Yang Bercerai. Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia.

<p><i>Kreativitas Guru Pendidikan Agama Islam dan Hasil Belajar Siswa Terhadap Resiliensi Siswa di SMKN 5 Jember.</i></p>	<p>Kuantitatif</p>	<p>bahwa terdapat pengaruh yang signifikan variable kreatifitas guru pendidikan agama islam terhadap resiliensi siswa. Kesimpulan dari penelitian ini bahwa kreativitas guru pendidikan agama islam lebih berpengaruh terhadap resiliensi siswa.</p>	<p>dengan penelitian yang akan dilakukan adalah menemukan bagaimana signifikan resiliensi yang dipengaruhi oleh beberapa factor.</p>	<p>dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada variable yang menyertai pada variable terdahulu menggunakan pengaruh kreativitas dan hasil belajar. Pada penelitian yang akan dilakukan akan bagaimana hubungan regulasi diri dengan resiliensi.</p>
<p>Prihastuti (2011) profil Resiliensi Pendidik Berdasarkan Resiliensi Quetiet Test.</p>	<p>Penelitian ini menggunakan metode Kuantitatif</p>	<p>Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa gambaran resiliensi saf pengajar fakultas psikologi universitas airlangga yang diungkap dengan quetiet test dari tujuh factor yang terdapat beberapa factor yang menunjukkan hasil yang saling</p>	<p>Persamaan penelitian terdahulu ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah menemukan sejauh mana resiliensi dalam diri setiap individu dalam menjalankan kinerjanya.</p>	<p>Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini terletak pada variable yang menyertai pada variable resiliensi. Pada penelitian yang dilakukan akan menemukan bagaimana hubungan regulasi diri dengan resiliensi.</p>



		berlawanan.		
Ayu Safira Sukmaningpraja dan Fauzan Heru Santoso (2016) Peran Emosi Regulasi Pada Siswa Sekolah Berasrama Berbasis Semi Militer.	Penelitian ini menggunakan metode Kuantitatif	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa regulasi emosi berperan terhadap resiliensi pada siswa sekolah berasrama berbasis militer. Dalam hal tersebut semakin tinggi regulasi emosi yang dimiliki siswa maka akan semakin tinggi pula resiliensi pada siswa sedangkan regulasi emosi berperan sebanyak 46,6% terhadap resiliensi.	Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan adalah mengkaji bagaimana peran regulasi diri berpengaruh pada resiliensi individu.	Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian saat ini terletak pada variable yang menyertai pada variable resiliensi. Pada penelitian yang dilakukan akan menemukan regulasi diri yang di dalamnya mencakup regulasi emosi sehingga pembahasan yang akan dilakukan pada penelitian ini akan lebih kompleks.
Febriaty Palupi HUtagalung (2016) Hubungan anatar self Regulation dengan Resiliensi pada Aktivistis Organisasi.	Penelitian ini menggunakan metode Kuantitatif	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan anatar self regulation dan resiliensi pada aktivitas organisasi, maka	Persamaan penelitian terdahulu ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah menemukan hubungan antara regulasi diri dengan resiliensi.	Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian saat ini terletak pada variable yang menyertai pada variable resiliensi. Pada penelitian yang

		hipotesis yang diajukan diterima.		dilakukan akan menemukan para aktivitas organisasi yang bergerak dalam bidang ekstrakurikuler sedangkan penelitian ini menggunakan responden para mahasiswa yang fokus mengerjakan tugas akhir.
Shahnaz Roellyana dan RatihbArruum Listiyandini (2016) Peranan Optimisme Terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Mengerjakan Skripsi.	Penelitian ini menggunakan metode Kuantitatif	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa optimism berperan secara signifikan terhadap resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi sebesar 12,3%.	Persamaan penelitian terdahulu ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah mengetahui bagaimana mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi membutuhkan peran resiliensi.	Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini terletak pada variable yang menyertai pada variable resiliensi. Pada penelitian yang dilakukan akan menemukan peran optimism yang akan berpengaruh pada resiliensi mahasiswa tingkat akhir pada penelitian ini dilakukan

				untuk mengetahui hubungan regulasi diri yang akan berpengaruh dalam mengerjakan tugas akhir.
Dewi Nur Rachmah (2015) Regulasi Diri dalam Belajar pada Mahasiswa yang Memiliki Peran Banyak.	Penelitian ini menggunakan metode Kuantitatif	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa subjek menggunakan regulasi diri dalam belajar berupa regulasi kognitif, motivasi, perilaku dan emosi. Selain itu juga melakukan regulasi kontets agar tujuan pembelajaran dapat dicapai.	Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan adalah mengkaji bagaimana peran reglasi diri pada diri mahasiswa memiliki peran dalam menentukan tingkat keberhasilan dalam proses pembelajaran dapat dicapai.	Perbedaan penelitian terdahulu dengan peneliiana saat ini terletak pada variable yang menyertai pada variable resiliensi. Pada penelitian yang dilakukan akan menemukan lebih fokus pada regulasi diri yang memiliki peran pada mahasiswa sedangkan penelitian ini dilakukan untuk menemukan hubungan anatar regulasi diri dengna resiliensi pada mahasiswa.
Ucha Febrianchi Wibiwo (2018)	Penelitian ini menggunakan	Hasil penelitian ini	Persamaan dengna	Perbedaan penelitian

<p>Resiliensi Akademik Mahasiswa yang Sedang Menempuh Skripsi.</p>	<p>n metode Kuantitatif</p>	<p>menunjukkan bahwa gambaran resiliensi akademik pada mahasiswa akhir dalam katagori tinggi sebanyak 52,5% dibandingkan dengan mahasiswa denan katagori resiliensi akademik rendah sebanyak 47,5%.</p>	<p>penelitian terdahulu ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah mengkaji mengenai resiliensi pada siswa yang sedang menempuh skripsi.</p>	<p>terdahulu dengan peneliiana saat ini terletak pada variable yang menyertai pada variable resiliensi. Pada penelitian yang dilakukan akan menemukan hubungan regulasi diri dengan resiliensi mahasiswa tingkat akhir.</p>
<p>Indatus Fatmawati (2018) Hubungan antara Regilasi Diri dan Resiliensi pada Remaja Di Keluarga yang Bercerai.</p>	<p>Penelitian ini menggunakan metode Kuantitatif</p>	<p>Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antraa regulasi diri dengn resiliensi pada remaja di keluarga bercerai sehingga hipotesis ini diterima.</p>	<p>Persamaan dengan penelitian terdahulu ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah mengkaji hubungan antara regulasi diri dengan resiliensi.</p>	<p>Perbedaan penelitian terdahulu dengan peneliiana saat ini terletak pada variable yang menyertai pada variable resiliensi. Pada penelitian yang dilakukan akan menemukan para remaja yang berasal dari keluarga yang bercerai. Pada penelitian ini fokus pada</p>

				mahasiswa yang mengerjakan tugas akhir.
--	--	--	--	---

## B. Kajian Teori

### 1. Regulasi Diri

#### a. Pengertian Regulasi Diri

Regulasi diri adalah Suatu perilaku untuk mengontrol diri sendiri, terutama dalam menuntun diri, menampilkan perilaku tertentu yang sudah diharapkan oleh dirinya atau standar tertentu. Adapun yang dikontrol pada dirinya diantaranya ialah pikiran, emosi, dalam istilah regulasi diri mempunyai kemiripan dengan suatu istilah *self control*. Menurut Vosh dan Baummeiter kedua istilah itu bisa digunakan secara bergantian, akan tetapi sebagian pakar ada yang membedakannya. dengan sebagian bahwa self regulation dapat digunakan untuk memnunjukkan pada konsep yang lebih umum mengenai perilaku-perilaku yang diarahkan pada pencapaian tujuan.

Baik secara sadar maupun secara tidak sadar, sedangkan self control sendiri secara fisik menunjukkan lebih kepada pengendalian dalam suatu pikiran, perasaan, dan perilaku dalam rangka mencapai suatu tujuan. Terdapat tiga aspek yang harus dikendalikan, yaitu pikiran, perasaan, dan perilaku.<sup>27</sup>

<sup>27</sup> Agus Abdul Rahman, Psikologi Sosial (Jakarta : PT Raja Grafindo Persada, 2013), 68.

## b. Bentuk-Bentuk Regulasi Diri

Setiap tindakan pasti mempunyai suatu tujuan tertentu. Untuk mencapai tujuan tersebut kita perlu untuk fokus dan melakukan regulasi diri, supaya tujuan tersebut bisa tercapai. Menurut Zimmerman, paling tidak ada tiga bentuk dalam pengaturan diri yang harus dilakukan, diantaranya: *covert regulation*, *behavioral regulation*, dan *environmental regulation*.

*Covert regulation* sendiri mengarah dan menunjukkan pada pengaturan kognitif dan afektif sehingga mendukung atau tidak dapat mengganggu dalam proses pencapaian tujuan. *Behavioral regulation* lebih menunjukkan ke arah perilaku, yang sekiranya menjadi persyaratan bagi tercapainya adanya tujuan tersebut. *Environmental regulation* merucut pada pengamatan dan pengelolaan lingkungan, sehingga bisa *support* terhadap suatu proses dalam pencapaian tujuan tersebut.<sup>28</sup>

## c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Regulasi Diri

Terdapat dua faktor yang mempengaruhi regulasi diri yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Bandura (dalam Alwisol, 2004) mengatakan bahwa tingkah laku manusia dalam regulasi diri adalah hasil pengaruh resiprokal faktor eksternal dan internal. Faktor eksternal dan faktor internal akan dijelaskan sebagai berikut.

<sup>28</sup> Agus Abdul Rahman, Psikologi Sosial (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2013), 68.

## 1) Faktor Eksternal

Faktor eksternal mempengaruhi regulasi diri dengan dua cara:

### a) Standar

Faktor eksternal memberikan standar untuk mengevaluasi tingkah laku kita sendiri. Standar itu tidaklah semata-mata berasal dari daya-daya internal saja namun juga berasal dari faktor-faktor lingkungan, yang berinteraksi dengan faktor pribadi juga turut membentuk standar

Pengevaluasian individu tersebut. Anak belajar melalui orang tua dan gurunya baik-buruk, tingkah laku yang dikehendaki dan yang tidak dikehendaki. Melalui pengalaman berinteraksi dengan lingkungan yang lebih luas, anak kemudian mengembangkan standar yang dapat ia gunakan dalam menilai prestasi diri.

### b) Penguatan (reinforcement)

Faktor eksternal mempengaruhi regulasi diri dalam bentuk penguatan (reinforcement). Hadiah intrinsik tidak selalu memberikan kepuasan, manusia membutuhkan intensif yang berasal dari lingkungan eksternal. Standar tingkah laku biasanya bekerja sama, ketika orang dapat mencapai standar tingkah laku tertentu, perlu penguatan agar tingkah laku semacam itu menjadi pilihan untuk dilakukan lagi.<sup>29</sup>

---

<sup>29</sup> Alwisol, psikologi kepribadian, (Malang: UMM Press, 2006), Hlm. 235.

## 2) Faktor Internal

Faktor eksternal berinteraksi dengan faktor internal dalam regulasi diri sendiri. Bandura (dalam Alwisol, 2004) mengemukakan tiga bentuk pengaruh internal:

a) Observasi diri (self observation): Dilakukan berdasarkan faktor kualitas penampilan, kuantitas penampilan, orisinalitas tingkah laku diri, dan seterusnya. Observasi diri terhadap performa yang sudah dilakukan. Manusia sanggup memonitor penampilannya meskipun tidak lengkap atau akurat. Kita memilih dengan selektif sejumlah aspek perilaku dan mengabaikan aspek lainnya yang dipertahankan biasanya sesuai dengan konsep diri.

b) Proses penilaian (judgmental process): Proses penilaian bergantung pada empat hal: standar pribadi, performa-performa acuan, nilai aktivitas, dan penyempurnaan performa. Standar pribadi bersumber dari pengamatan model yaitu orang tua atau guru, dan menginterpretasi balikan/penguatan dari performansi diri. Setiap performansi yang mendapatkan penguatan akan mengalami proses kognitif, menyusun ukuran/ukuran/norma yang sifatnya sangat pribadi, karena ukuran itu tidak selaku sinkron dengan kenyataan. Standar pribadi adalah proses evaluasi yang terbatas. Sebagian besar aktivitas harus dinilai dengan membandingkan dengan ukuran eksternal, bisa berupa norma standar perbandingan sosial, perbandingan dengan orang



lain, atau perbandingan kolektif. Dari kebanyakan aktivitas, kita mengevaluasi performa dengan membandingkannya kepada standar acuan. Di samping standar pribadi dan standar acuan, proses penilaian juga bergantung pada keseluruhan nilai yang kita dapatkan dalam sebuah aktivitas. Akhirnya, regulasi diri juga bergantung pada cara kita mencari penyebab-penyebab tingkah laku demi menyempurnakan performa.

c) Reaksi diri (self response): Manusia merespon positif atau negatif perilaku mereka tergantung kepada bagaimana perilaku ini diukur dan apa standar pribadinya. Bandura meyakini bahwa manusia menggunakan strategi reaktif dan proaktif untuk mengatur dirinya. Maksudnya, manusia berupaya secara reaktif untuk mereduksi pertentangan antara pencapaian dan tujuan, dan setelah berhasil menghilangkannya, mereka secara proaktif menetapkan tujuan baru yang lebih tinggi. Kemampuan mengatur diri ini merupakan bagian atau salah satu faktor dari kecerdasan emosi. Artinya individu yang memiliki kecerdasan emosi adalah individu yang mampu mengatur dirinya atas berbagai situasi dan kondisi sehingga dapat menjalani hidup dengan baik meskipun banyak tantangan yang harus dihadapi.<sup>30</sup>

---

<sup>30</sup> Alwisol, psikologi kepribadian...,235

#### d. Tujuan Regulasi Diri

Dalam hal pencapaian tujuan, kemampuan dari regulasi diri tampak sangat penting sekali. Bahkan bukan hanya itu, bahwa ketidakmampuan melakukan regulasi diri mempunyai dampak yang sangat luas. Baik masalah persoalan maupun masalah sosial, hal tersebut bisa muncul karena kekurangmampuan dalam melakukan regulasi diri. Menurutnya, kasus-kasus seperti tindakan kriminal, penggunaan obat terlarang, kecanduan rokok, korupsi, ataupun perselingkuhan itu berakar dari adanya suatu ketidakmampuan seseorang dalam melakukan regulasi diri.<sup>31</sup>

#### e. Indikator Regulasi Diri

Menurut Printich Regulasi Diri meliputi:

- 1) Metakognisi: Menetapkan tujuan dalam belajar bagi mahasiswa semester akhir.
- 2) Motivasi: Modifikasi kondisi dan reaksi emosi.
- 3) Perilaku: Mengalokasikan waktu, tenaga dan materi.

## 2. Resiliensi

#### a. Pengertian Resiliensi

Resiliensi adalah kompetensi dan suatu keberhasilan, meskipun menghadapi kesulitan yang berkepanjangan dan merugikan. Bernard menggambarkan bahwa resiliensi adalah sebagai seperangkat

<sup>31</sup> Agus Abdul Rahman, Psikologi Sosial (Jakarta : PT Raja Grafindo Persada, 2013), 69.

kemampuan untuk beradaptasi, meskipun selama perkembangannya menghadapi faktor resiko yang tinggi.<sup>32</sup>

Resiliensi adalah suatu kemampuan atau kapasitas insani yang dimiliki oleh seseorang, kelompok maupun masyarakat yang memungkinkannya untuk menghadapi, mencegah atau meminimalkan, bahkan menghilangkan dampak-dampak yang merugikan dari kondisi yang tidak menyenangkan atau merubah kondisi kehidupan yang menyengsarakan menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi.<sup>33</sup> Meskipun resiliensi merupakan individu untuk untuk bertahan dalam situasi yang stressfull, namun tidak berarti resiliensi merupakan suatu sifat (*traits*), melainkan lebih ke suatu proses (*process*) dimana individu mampu bangkit serta menekan semua stressor agar aktivitas individu tidak terganggu.

Konsep dari resiliensi didefinisikan sebagai kumpulan atribut yang ada pada seseorang individu dengan kekuatan dan ketabahan untuk menghadapi hambatan besar yang mengikat dalam kehidupannya.<sup>34</sup>

#### b. Ciri-Ciri Resiliensi

Seperti halnya dalam memberikan suatu definisi, para ahli juga mempunyai perbedaan pendapat dalam merumuskan ciri-ciri dari apa yang didapatkan dalam menggambarkan karakteristik seseorang yang

<sup>32</sup> Carmel Cefai, *Promoting Resilience In The Classroom: A Guide To Developing Pupils Emotional And Cognitive Skills*, (London: Jessica Kingsley Publisher,2008), 21.

<sup>33</sup> Yessy Nur Indah Sary, *Psikologi Pendidikan* (Yogyakarta: Parama Publisher, 2008), 21.

<sup>34</sup> Richard Sagor, "Building Resiliency in Student," *Creating a Climate for Learning*, (Mass: Watersun Press, 1996), 38.

resilien. Kemudian berdasarkan konsensus dari sejumlah peneliti dan praktisi yang terlibat aktif dalam pengembangan resiliensi merumuskan ciri-ciri atau sifat-sifat seorang yang resilien kedalam tiga kategori, yaitu:

#### 1. *I HAVE*

Merupakan suatu karakteristik resiliensi yang bersumber dari pemaknaan seseorang terhadap besarnya dukungan dan sumber daya yang diberikan oleh lingkungan sosial terhadap dirinya. Sumber *I HAVE* memiliki beberapa kualitas yang dapat menjadi penentu bagi pembentukan resiliensi, yaitu:

- 1) Hubungan yang dilandasi dengan kepercayaan (*trust*).
- 2) Struktur dan peraturan yang ada dalam keluarga atau lingkungan rumah.
- 3) Model-model peran.
- 4) Dorongan seseorang untuk mandiri (otonomi).
- 5) Akses terhadap fasilitas seperti layanan kesehatan, pendidikan, keamanan, dan kesejahteraan.

#### 2. *I AM*

Merupakan karakteristik resiliensi yang bersumber dari kekuatan pribadi yang dimiliki oleh seseorang. Beberapa kualitas pribadi yang memengaruhi *I AM* dalam bentuk resiliensi adalah:

- 1) Penilaian personal bahwa diri memperoleh kasih sayang dan disukai oleh banyak orang.

- 2) Memiliki empati, kepedulian dan cinta terhadap orang lain.
- 3) Mampu merasa bangga dengan dirinya sendiri.
- 4) Memiliki tanggung jawab terhadap diri sendiri dan dapat menerima konsekuensi atas segala tindakannya.
- 5) Optimis, percaya diri dan memiliki harapan akan masa depan.

### 3. *I CAN*

Merupakan karakteristik resiliensi yang bersumber dari apa saja yang dapat dilakukan oleh manusia sehubungan dengan keterampilan sosial dan interpersonal. Sumber resiliensi ini terdiri dari:

- 1) Berkemampuan dalam berkomunikasi
- 2) *Problem Solving* atau pemecahan masalah
- 3) Kemampuan mengelola perasaan, emosi dan implus
- 4) Kemampuan menjalin hubungan yang penuh kepercayaan.<sup>35</sup>

Resiliensi merupakan hasil dari kombinasi dari faktor-faktor *I HAVE*, *I AM*, dan *I CAN* tersebut. Untuk menjadi orang yang resilien, tidak cukup hanya memiliki satu karakteristik atau faktor saja, melainkan harus dipotong dengan karakteristik yang lain. Misalnya, seorang mahasiswa mempunyai harga diri (*I AM*), tetapi jika dia tidak mengetahui bagaimana berkomunikasi dengan orang lain atau

<sup>35</sup> Desmita, Psikologi Perkembangan, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2015), Hal. 204.

memecahkan masalah (*I CAN*), dan tidak ada orang yang membantunya (*I HAVE*), maka ia tidak bisa menjadi resilien.<sup>36</sup>

### c. Faktor Yang Mempengaruhi Resiliensi

Secara umum menurut Ifdil dan Taufik (2016) terdapat faktor internal dan eksternal yang mempengaruhi resiliensi, yaitu:

#### 1) Faktor Internal

Meliputi kemampuan kognitif, konsep diri, harga diri, kompetensi sosial yang dimiliki individu, gender, serta keterikatan individu dengan budaya.

#### 2) Faktor Eksternal meliputi keluarga dan komunitas.

##### a) Harga Diri (Self-Esteem)

Harga diri yang dimiliki individu akan membantu individu dalam menghadapi berbagai hambatan dalam hidup. Ketika individu dihadapkan dengan suatu masalah, harga diri yang dimiliki individu akan membantu individu untuk tetap tegar dan menumbuhkan rasa percaya terhadap diri sendiri untuk dapat melalui permasalahan yang dihadapinya.

##### b) Dukungan Sosial (Social Support)

Dukungan sosial sangat berpengaruh pada kemampuan seseorang dalam menghadapi suatu permasalahan hidup. Ketika individu mengalami suatu permasalahan, dukungan sosial yang dimiliki individu akan membantu individu untuk tetap tenang

---

<sup>36</sup> Ibid, Hal. 230.

dalam menyelesaikan dan melalui permasalahan yang dihadapinya.

c) Spiritualitas (Spirituality)

Spiritualitas termasuk didalamnya religiusitas merupakan kondisi dimana individu percaya bahwa ada entitas yang lebih besar dari dirinya yang mengatur alam semesta. Spritualitas dan religusitas ini dapat menjadi sandaran individu dalam mengatasi berbagai masalah yang menimpinya.

d) Emosi Positif (Positive Emotions)

Emosi positif yang dimiliki individu memungkinkan individu untuk bereaksi dengan emosi positif dan tenang saat menghadapi permasalahan dan dapat menghilangkan respon negatif serta mampu menghadapi permasalahan yang dihadapinya dengan efektif. Menggunakan emosi yang positif saat menghadapi suatu masalah dapat membuka respon yang lebih bervariasi dalam menyelesaikan permasalahan tersebut.<sup>37</sup>

d. Tujuan Resiliensi

Resiliensi merupakan kapasitas individu yang diperoleh melalui proses belajar dari pengalaman lingkungan. Kampus/ perguruan tinggi merupakan lingkungan yang sangat besar pengaruhnya bagi perkembangan mahasiswa karena kampus merupakan lingkungan kedua setelah keluarga, yang sangat

<sup>37</sup> Resnick, B., Gwyther, L.P., & Roberto, K. A.. Resilience in Aging: Concepts, Research, and Outcomes. (New York: Springer, 2011).

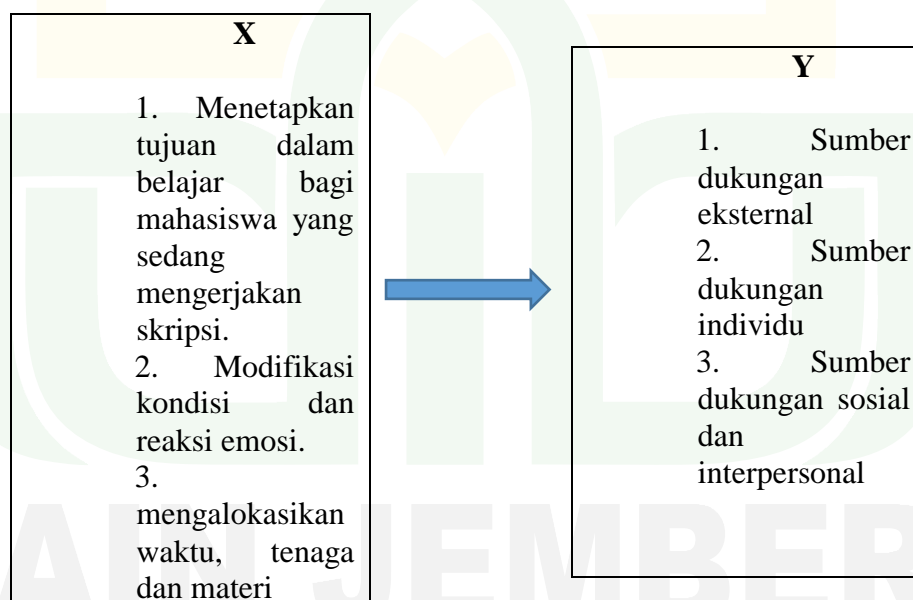
memungkinkan membantu mahasiswa untuk mengembangkan resiliensi. Resiliensi dianggap sebagai kekuatan dasar yang menjadi fondasi dari semua karakter positif dalam membangun kekuatan emosional dan psikologikal dalam seseorang.<sup>38</sup>

### C. Kerangka Konseptual

Kerangka pemikiran berisi hubungan antara Regulasi Diri dengan Resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Kerangka pemikiran didasarkan pada tinjauan pustaka yang telah disampaikan.

Berikut kerangka pemikiran yang dapat digambarkan dalam penelitian ini.

**Tabel 2.2**  
**Kerangka Konseptual**



<sup>38</sup> Desmita, Psikologi Perkembangan Peserta Didik, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2016), 227.



## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif merupakan metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat statistik serta dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.<sup>39</sup> Metode ini disebut sebagai metode positivistik karena berlandaskan pada filsafat positivisme.

Adapun pendekatan penelitian kuantitatif yang hendak digunakan dalam penelitian ini ialah analisis korelatif. Penelitian korelatif merupakan penelitian yang dilakukan untuk mengukur hubungan antara dua variabel atau lebih tanpa melakukan perubahan atau manipulasi terhadap data yang ada. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini berupa angka-angka, selanjutnya data yang telah terkumpul dianalisis menggunakan metode kuantitatif.<sup>40</sup>

Berdasarkan uraian sebelumnya, penelitian ini merupakan jenis penelitian yang menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis korelasional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel yang akan diteliti, yakni regulasi diri dan resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

<sup>39</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2011), hlm.

<sup>40</sup> Suharsimi Arikunto . *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. (Jakarta: Rineka Cipta, 2010) , Hlm. 4.

## **B. Populasi dan Sampel**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.<sup>41</sup> Sehingga dapat diartikan bahwa populasi adalah keseluruhan individu yang menjadi subjek penelitian. Populasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah jumlah seluruh mahasiswa jurusan PAI yang sedang Mengerjakan Skripsi di Institut Agama Islam Ibrahimy Banyuwangi yaitu sebanyak 136 mahasiswa.

Pengambilan sample penelitian menurut Suharsimi Arikunto jika subyeknya kurang dari 100 orang maka sebaiknya diambil semuanya, jika subyeknya melebihi 100 orang dapat diambil 10-15% atau 20-25% atau lebih. Dalam hal ini peneliti hendak mengambil sampel sebanyak 25% dari total populasi yang berjumlah 136 yakni sebanyak 36 orang sebagai sampel.

## **C. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data merupakan alat-alat pengukur yang diperlukan dalam melaksanakan suatu penelitian. Data yang akan dikumpulkan berupa angka-angka, keterangan tertulis serta beragam fakta yang berhubungan dengan fokus penelitian yang diteliti.

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuisisioner atau skala yang merupakan suatu rangkaian pernyataan yang berhubungan dengan topik tertentu yang diberikan kepada sekelompok individu dengan maksud

---

<sup>41</sup> Suharsimi Arikunto. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), Hlm. 173.

untuk memperoleh data. Adapun tujuan utama penggunaan kuisioner dalam penelitian ini ialah untuk memperoleh informasi yang lebih relevan dengan tujuan penelitian, mengumpulkan informasi dengan reliabilitas dan validitas yang tinggi.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala *likert*, yaitu skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, serta persepsi terhadap suatu fenomena yang terdiri atas lima jawaban alternatif yaitu sangat sesuai, sesuai, ragu-ragu, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai. Namun, skala *likert* yang digunakan pada penelitian telah dimodifikasi menjadi empat alternatif jawaban, yaitu sangat sesuai (ss), sesuai (s), tidak sesuai (ts) dan sangat tidak sesuai (sts). Hal tersebut dilakukan karena kebanyakan masyarakat Indonesia cenderung memilih netral dalam menghindari pilihan-pilihan tertentu.<sup>42</sup>

Dalam skala likert terdapat dua bentuk pernyataan yaitu pernyataan yaitu *favorable* dan *unfavorable*. Pernyataan *favorable* berfungsi untuk mengukur sikap positif dan pernyataan *unfavorable* berfungsi untuk mengukur sikap negatif. Dalam penelitian ini Skor pernyataan *favorable* dimulai dari 1 untuk sangat tidak sesuai (sts), 2 untuk tidak sesuai (ts), 3 untuk sesuai (s) dan 4 untuk sangat sesuai (ss), sedangkan skor pernyataan *unfavorable* dimulai dari 4 untuk sangat tidak sesuai (sts), 3 untuk tidak sesuai (ts), 2 untuk sesuai (s) dan 1 untuk sangat sesuai (ss). Menurut Arikunto jumlah minimal subyek uji coba yakni sebanyak 30 orang, oleh

---

<sup>42</sup> Sutrisno Hadi, Statistik Jilid I. (Yogyakarta: Andi Offset, 2001), Hlm. 112.

karena itu uji coba dilakukan kepada Mahasiswa PAI angkatan 2016 Institut Agama Islam Ibrahimy Banyuwangi sebanyak 36 mahasiswa yang dilaksanakan pada tanggal 3 Oktober 2020.

Tujuan uji coba instrumen adalah untuk mendapatkan instrumen yang benar-benar baik. Instrumen penelitian yang baik harus memenuhi persyaratan yang penting yaitu validitas dan reliabilitas. Instrumen penelitian yang valid dan reliabel merupakan syarat mutlak untuk memperoleh hasil penelitian yang valid dan reliabel.

Dalam hal penyebaran kuisisioner peneliti menggunakan bantuan aplikasi *google form* hal ini dilakukan karena adanya pandemi *Covid-19*. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan dua instrumen untuk mengumpulkan data yaitu skala regulasi diri dan skala resiliensi. *Blueprint* dari masing-masing instrumen penelitian ini dijabarkan pada tabel berikut:



## 1. Blueprint Regulasi diri sebelum uji coba

Variabel	Sub-Variabel	Indikator	Nomor Item		Jumlah
			<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorabel</i>	
Regulasi Diri	1. Metakognisi	Dapat menetapkan tujuan awal dalam mengerjakan tugas akhir	17,18, 19	3,4,5	6
		Dapat menyelesaikan tujuan dalam mengerjakan tugas akhir	22,23, 24	10, 11, 12	6
	2. Motivasi	Mampu mengontrol emosi dalam mengerjakan tugas akhir	20, 21	8, 9	4
	3. Perilaku	Mampu mengatur waktu awal dalam mengerjakan tugas akhir	13, 14	1, 2	4
		Mampu mengatur waktu untuk mengejut target dalam mengerjakan tugas akhir.	6,7	15,16	4
<b>Jumlah</b>			<b>12</b>	<b>12</b>	

IAIN JEMBER

## 2. Blueprint Resiliensi sebelum uji coba

Variabel	Sub-Variabel	Indikator	Nomor Item		Jumlah
			Favorabel	Unfavorabel	
Resiliensi	1. <i>I HAVE</i>	Sumber dukungan Eksternal: a. Mempercayai hubungan b. Struktur aturan di rumah c. <i>Role model</i> d. Dorongan agar menjadi otonom e. Akses pada kesehatan, kesejahteraan pendidikan dan keamanan.	2,4,6,8, 10	1,3,5,7, 9	10
	2. <i>I AM</i>	Sumber dukungan internal: a. Perasaan yang dicintai dan perilaku yang menarik b. Mencintai, empati dan altruistik c. Bangga pada diri sendiri d. Otonomi dan bertanggung jawab Harapan keyakinan dan kepercayaan	12,14, 16,18, 20	11,13,15, 17,19	10
	3. <i>I CAN</i>	Sumber dukungsn sosial: a. Berkomunikasi b. Memecahkan masalah	22,24, 26,28, 30	21,23,25,27,29	10

		c. Pengelolaan mengenai perasaan dan rangsangan			
		d. Mengukur temperamen diri sendiri dan orang lain			
		e. Mencari hubungan yang dapat dipercaya			
<b>Jumlah</b>			<b>15</b>	<b>15</b>	<b>30</b>

Sebelum instrumen penelitian disebar kepada subyek penelitian, maka terlebih dahulu dilakukan uji coba instrumen yakni uji validitas dan reliabilitas.

a. Uji validitas

Uji validitas merupakan ukuran untuk menunjukkan kevalidan suatu instrumen. tingkat validitas instrumen dapat dianalisis dengan cara mengkolerasikan scor item tiap pernyataan dan scor total untuk seluruh pernyataan. Adapun koefisien dikatakan valid apabila koefisien  $r$  itu  $>$   $r$  tabel. Sebuah instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan dan dapat mengungkap data-data variabel yang diteliti secara tepat. Uji validitas dalam penelitian ini dilakukan dengan analisis butir dengan menggunakan teknik kolerasi *product moment person*. Menggunakan rumus sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{n \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{n \sum x^2 - (\sum x)^2\}\{n \sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$  = Koefisien korelasi x dan y

n = Jumlah subyek

xy = jumlah perkalian skor item dengan skor total

x = jumlah skor pertanyaan item

y = jumlah skor total

Butir pertanyaan dapat dikatakan valid apabila r hitung lebih besar dari r tabel, maka kuesioner dapat dikatakan valid, begitu juga sebaliknya. Berikut ini adalah hasil dari uji validitas pada skala yang digunakan.

1) Skala Regulasi Diri

**Tabel 4.1**  
**Uji Validitas Regulasi Diri**

No. Item	$r_{xy}$	$R_{tabel}$	Keterangan
1	0,392	0,330	Valid
2	0,250	0,330	Tidak Valid
3	0,350	0,330	Valid
4	0,349	0,330	Valid
5	0,442	0,330	Valid
6	0,230	0,330	Tidak Valid
7	0,235	0,330	Tidak Valid
8	0,510	0,330	Valid



9	0,372	0,330	Valid
10	0,370	0,330	Valid
11	0,418	0,330	Valid
12	0,354	0,330	Valid
13	0,266	0,330	Tidak Valid
14	0,339	0,330	Valid
15	0,458	0,330	Valid
16	0,442	0,330	Valid
17	0,401	0,330	Valid
18	0,443	0,330	Valid
19	0,411	0,330	Valid
20	0,364	0,330	Valid
21	0,415	0,330	Valid
22	0,511	0,330	Valid
23	0,451	0,330	Valid
24	0,518	0,330	Valid

Pernyataan pada nomor 2, 6, 7, 13. Tidak valid dikarenakan  $r$  hitung  $>$   $n$  tabel yakni sebesar :  $(0,250 > 0,33)$ ,  $(0,230 > 0,33)$ ,  $(0,350 > 0,33)$ ,  $(0,266 > 0,33)$ . Maka item yang tidak valid tersebut dihapus. Karena item yang tidak valid tidak dapat dijadikan basis data analisis maka dari itu item yang tidak valid harus dikeluarkan dari skala yang digunakan.

## 2) Skala Resiliensi

**Tabel 4.2**  
**Uji Validitas resiliensi**

No. Item	rx <sub>y</sub>	R <sub>tabel</sub>	Keterangan
1	0,283	0,330	Tidak Valid
2	0,301	0,330	Tidak Valid
3	0,382	0,330	Valid
4	0,394	0,330	Valid
5	0,449	0,330	Valid
6	0,513	0,330	Valid
7	0,604	0,330	Valid
8	0,671	0,330	Valid
9	0,541	0,330	Valid
10	0,416	0,330	Valid
11	0,440	0,330	Valid
12	0,455	0,330	Valid
13	0,352	0,330	Valid
14	0,435	0,330	Valid
15	0,377	0,330	Valid
16	0,481	0,330	Valid
17	0,366	0,330	Valid
18	0,499	0,330	Valid
19	0,447	0,330	Valid

20	0,348	0,330	Valid
21	0,587	0,330	Valid
22	0,481	0,330	Valid
23	0,512	0,330	Valid
24	0,429	0,330	Valid
25	0,593	0,330	Valid
26	0,382	0,330	Valid
27	0,423	0,330	Valid
28	0,449	0,330	Valid
29	0,354	0,330	Valid
30	0,351	0,330	Valid

Pernyataan pada nomor 1 dan 2. Tidak valid dikarenakan  $r$  hitung  $>$   $r$  tabel yakni sebesar:  $(0,283 > 0,33)$ ,  $(0,301 > 0,33)$ . Maka item yang tidak valid tersebut dihapus. Karena item yang tidak valid tidak dapat dijadikan basis data analisis maka dari itu item yang tidak valid harus dikeluarkan dari skala yang digunakan.

Dengan dilakukan uji validitas maka instrumen tersebut dapat digunakan untuk pengambilan data. Penghitungan uji validitas dapat dilihat dalam lampiran. Sementara *blueprint* pada masing masing instrumen mengalami perubahan karena terdapat beberapa item yang tereliminasi, adapun *blueprint* pada kedua skala setelah dilakukan uji validitas dijabarkan dalam tabel berikut:

## 3. Blueprint Regulasi Diri Setelah Uji Coba

Variabel	Sub-Variabel	Indikator	Nomor Item		Jumlah
			<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorabel</i>	
Regulasi Diri	1. Metakognisi	Dapat menetapkan tujuan awal dalam mengerjakan tugas akhir	17,18,19	3,4,5	6
		Dapat menyelesaikan tujuan dalam mengerjakan tugas akhir	-	11,12,10	3
	2.Motivasi	Mampu mengontrol emosi dalam mengerjakan tugas akhir	20,	8,9	3
	3.Perilaku	Mampu mengatur waktu awal dalam mengerjakan tugas akhir	13,14	1,2	4
		Mampu mengatur waktu untuk mengejat target dalam mengerjakan tugas akhir.	6,7	15,16	4
<b>Jumlah</b>			<b>8</b>	<b>12</b>	<b>20</b>

IAIN JEMBER

## 4. Blueprint Resiliensi Setelah Uji Coba

Variabel	Sub-Variabel	Indikator	Nomor Item		Jumlah
			Favorabel	Unfavorabel	
Resiliensi	2. <i>I HAVE</i>	Sumber dukungan Eksternal: a. Mempercayai hubungan b. Struktur aturan di rumah c. Roll model d. Dorongan agar menjadi otonom e. Akses pada kesehatan, kesejahteraan pendidikan dan keamanan.	2,4,6,8, 10	1,3,5,7, 9	10
	2. <i>I AM</i>	Sumber dukungan internal: a. Perasaan yang dicintai dan perilaku yang menarik b. Mencintai, empati dan altruistik c. Bangga pada diri sendiri d. Otonomi dan bertanggung jawab Harapan keyakinan dan kepercayaan	12,14, 16,18, 20	11,13,15, 17,19	10

IAIN JEMBER

	3.I CAN	Sumber dukungsn sosial: a. Berkomonikasi b. Memecahkan masalah c. Pengelolaan mengenai perasaan dan rangsangan d. Mengukur temperamen diri sendiri dan orang lain e. Mencarai hubungan yang dapat dipercaya	22,24, 26,28	21,23,2 5,27	8
<b>Jumlah</b>			<b>14</b>	<b>14</b>	<b>28</b>

b. Uji reliabilitas

Uji ini digunakan untuk mengetahui konsistensi alat ukur yang digunakan, apakah alat tersebut akan mendapatkan pengukuran yang konsisten jika pengukuran diulang kembali. Uji ini digunakan untuk menunjukkan hasil pengukuran dari suatu instrumen yang tidak mengandung bias atau bebas dari kesalahan pengukuran, sehingga dapat menjamin pengukuran yang stabil dan konsisten. Pada kali ini peneliti menggunakan teknik instrumen skala likert.

Tingkat reliabilitas instrumen dikatakan apabila koefisien *cronbach alpha* > 0,06 maka dapat disimpulkan angket tersebut reliabel dan jika koefisien *cronbach alpha* < 0,06 maka variabel tersebut dinyatakan tidak valid. Berikut ini adalah hasil uji reliabilitas pada skala yang digunakan.

## 1) Hasil Uji Reliabilitas Skala Regulasi diri

**Reliability Statistik Regulasi Diri**

Cronbach's Alpha	N of Items
.720	21

Berdasarkan tabel diatas\ diketahui nilai dari *alpha cronbach* sebesar  $0,720 > 0,06$  maka dapat dikatakan jika skala regulasi diri yang digunakan termasuk reliabel atau dapat digunakan sebagai alat uji.

## 2) Hasil Uji Reliabilitas Skala Resiliensi

**Reliabilitas Statistik Resiliensi**

Cronbach's Alpha	N of Items
.728	29

Berdasarkan tabel diatas diketahui nilai dari *alpha cronbach* sebesar  $0,728 > 0,06$  maka dapat dikatakan jika bentuk kuesioner reliabel atau dapat digunakan sebagai alat uji.

Selain menggunakan skala dalam pengumpulan data. Terdapat beberapa metode pendukung lainnya dalam memperoleh data pelengkap yakni metode dokumentasi yang merupakan salah satu metode pengumpulan data dengan melihat atau menganalisis dokumen-dokumen yang dibuat sendiri atau orang lain tentang subjek misalnya mengenai jumlah mahasiswa suatu perguruan

tinggi ataupun keadaan kampus.<sup>43</sup> Selain itu juga dilakukan wawancara sebagai teknik pengumpulan data untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti dan juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam.<sup>44</sup> Namun metode ini hanya digunakan untuk mendapatkan data tentang jumlah mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi pada Program Studi Pendidikan Agama Islam di Institut Agama Islam Ibrahimy Banyuwangi.

#### D. Analisis Data

Analisis data adalah proses penyeleksi, menyederhanakan, memfokuskan, mengorganisasikan data secara sistematis dan rasional sesuai dengan tujuan penelitian, serta mendeskripsikan data hasil penelitian itu untuk memudahkan dalam menginterpretasikan. Kemudian data hasil penelitian tersebut diinterpretasikan dalam bentuk naratif dan dilakukan pengambilan suatu kesimpulan. Pada penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu variabel bebas yaitu regulasi diri dan variabel terikat yaitu resiliensi Teknik analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini adalah dengan dilakukan analisis kolerasi antara variabel regulasi diri dengan resiliensi. Dalam analisis kolerasi digunakan rumus *product moment pearson*, dengan rumus sebagai berikut.<sup>45</sup>

<sup>43</sup> Anggito albi, Et All. metodologi penelitian, (Sukabumi : CV Jejak, 2018), 154.

<sup>44</sup> Sugiono, 153

<sup>45</sup> Suharsimi arikunto, prosedur penelitian suatu pendekatan praktek. (Jakarta: Rineka cipta, 2006) hal 170.



$$r_{xy} = \frac{n \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{n \sum x^2 - (\sum x)^2\}\{n \sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$  = Koefisien korelasi x dan y

n = Jumlah subyek

xy = jumlah perkalian skor item dengan skor total

x = jumlah skor pertanyaan item

y = jumlah skor total

Untuk menginterpretasikan korelasi antara regulasi diri dan resiliensi dalam penelitian ini, digunakan pedoman korelasi pada tabel berikut.

Koefisien	Hubungan
0,800 - 1,000	Rendah
0,600 - 0,799	Sangat rendah
0,400 - 0,599	Sedang
0,200 - 0,399	Lemah
0,000 - 0,199	Sangat lemah

IAIN JEMBER

## **BAB IV**

### **PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS**

Penelitian ini bertujuan mengetahui tingkat regulasi diri dan tingkat resiliensi serta hubungan keduanya pada mahasiswa PAI di Institut Agama Islam Ibrahimy Genteng Banyuwangi. Data-data telah diambil dan dianalisis sesuai metodologi dalam bab III, bab ini akan menguraikan hasil analisis dalam empat bagian, pertama gambaran obyek penelitian, kedua penyajian data, ketiga analisis serta pengujian hipotesis dan yang keempat pembahasan terhadap hubungan yang ditemukan.

#### **A. Gambaran Obyek Penelitian**

##### **1. Sejarah Singkat Lembaga Institut Agama Islam Ibrahimy Genteng banyuwangi**

Pada tanggal 07 juni 2016 STAI Ibrohimy beralih status menjadi Institut Agama Islam Ibrahimy Genteng Banyuwangi. Perubahan atau alih status kelembagaan perguruan tinggi agama Islam, bukan hanya mempertimbangkan perluasan kewenangan bidang keilmuan tetapi juga perluasan pelayanan kepada masyarakat. Dengan kematangan yang telah mencapai umur 31 ini, IAI Ibrahimy Genteng merasa yakin dan percaya bahwa telah tiba waktunya untuk memperluas ruang garapan pengabdian dan dakwah islamiyah serta merumuskan kembali bangunan keilmuannya.

Program studi yang ada di IAI Ibrahimy Genteng meliputi: PAI, PGMI, PGRA, Hukum Keluarga, Hukum Ekonomi Syariah, Pengembangan Masyarakat Islam.

Fakultas Tarbiyah merupakan salah satu fakultas yang berada di IAI Ibrahimy Genteng Banyuwangi. Fakultas Tarbiyah saat ini memiliki tiga program studi yaitu: Pendidikan Agama Islam, Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah, Pendidikan Guru Raudhatul Atfal.

## **2. Visi, Misi, dan Tujuan Lembaga**

a. Visi IAI Ibrahimy Genteng Banyuwangi Menjadi perguruan tinggi pesantren yang unggul dalam integrasi dan interkoneksi keilmuan dan berdaya saing ditingkat Asia.

b. Misi IAI Ibrahimy Genteng Banyuwangi

1) Menyelenggarakan pendidikan melalui proses pembelajaran dan pengembangan potensi mahasiswa agar menjadi lulusan yang unggul dalam integrasi dan interkoneksi keilmuan sesuai nilai-nilai Islam.

2) Mengembangkan penelitian untuk mencari, menemukan, dan menyebarluaskan ilmu pengetahuan dan teknologi sesuai kearifan lokal dan nilai-nilai Islam.

3) Menyelenggarakan pengabdian kepada masyarakat untuk meningkatkan pemberdayaan dan penguatan nilai-nilai keilmuan bagi kepentingan Agama, masyarakat dan Bangsa.

- 4) Meningkatkan kerjasama regional, nasional, dan internasional dengan berbagai pihak dalam rangka perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi.

c. Tujuan

- 1) Terwujudnya lulusan diploma, sarjana, magister, dan doktor yang memiliki kompetensi unggul dalam integrasi dan interkoneksi keilmuan.
- 2) Mewujudkan perguruan tinggi pesantren berkualifikasi unggul dengan melampaui standar Akreditasi Nasional.
- 3) Terwujudnya masyarakat yang berdaya dan mampu menginternalisasikan nilai-nilai ilmu dan Agama dalam kehidupan bangsa dan bernegara.
- 4) Terwujudnya jejaring perguruan tinggi yang unggul dan berdaya saing dalam integrasi dan interkoneksi keilmuan.

### 3. Deskripsi Responden

Dari kuesioner yang telah disebar kepada responden, dapat diperoleh gambaran mengenai responden sebagai berikut:

a. Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-laki	18	50%
Perempuan	18	50%
Total	36	100%

## b. Umur

Semester	Frekuensi	Persentase
9	18	50%
11	18	50%
Total	36	100%

**B. Penyajian Data**

Data dalam penelitian ini diperoleh melalui penyebaran skala pada Mahasiswa Fakultas Tarbiyah di IAI Ibrahimy Genteng Banyuwangi. Skala dibagikan kepada Mahasiswa Fakultas Tarbiyah di IAI Ibrahimy Genteng Banyuwangi menggunakan bantuan program Google Formulir pada tanggal 23 September 2020.

**1. Regulasi Diri**

Skala Regulasi Diri dan Resiliensi ditujukan pada mahasiswa dengan tujuan untuk mengetahui ukuran tingkat Regulasi Diri dan Resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, sedangkan skala Regulasi Diri diberikan untuk mengetahui tingkat Regulasi Dirii pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Data mengenai Regulasi Diri dan Resiliensi yang telah diperoleh selanjutnya dianalisis menggunakan analisis deskriptif untuk mengetahui gambaran data pada masing-masing variabel:

Regulasi Diri: Skala untuk variabel Regulasi Diri terdiri dari 20 item pernyataan yang telah valid. Skor jawaban yang tertinggi pada skala ini adalah 4 sedangkan skor jawaban yang terendah adalah 1, sehingga kemungkinan nilai total skor tertinggi yang dapat diperoleh responden

adalah  $20 \times 4 = 80$  dan nilai total skor terendah adalah  $20 \times 1 = 20$ . Analisis data menggunakan bantuan program *SPSS 16.0 For Windows* yang hasilnya diringkas pada tabel berikut.

Variabel	Min	Maks	Rata-rata	SD	Median
Regulasi Diri	40	76	36	7.44696	58

\*Tabel deskripsi variabel regulasi diri

Penetapan kategori oleh peneliti didasarkan pada skor tertinggi dan terendah, sehingga dapat dihasilkan kategori kecenderungan yang digolongkan menjadi empat kategori yaitu sangat rendah, rendah, tinggi dan sangat tinggi. Adapun distribusi frekuensi kategori dari Regulasi Diri tercantum dalam Tabel berikut:

No.	Skor	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)	Kategori Regulasi Diri
1	66-80	5	13,9	Sangat Tinggi
2	51-65	28	77,8	Tinggi
3	36-50	3	8,3	Rendah
4	20-35	0	0	Sangat Rendah
<b>Total</b>		36	100	

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa tidak terdapat mahasiswa yang memperoleh skor pada kategori sangat rendah. 3 orang mahasiswa memperoleh skor pada kategori rendah. 28 orang mahasiswa memperoleh skor pada kategori tinggi dan terdapat 5 orang mahasiswa yang memperoleh skor pada kategori sangat tinggi.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian mahasiswa fakultas Tarbiyah IAI Ibrahimy Genteng Banyuwangi tergolong dalam kategori regulasi diri yang tinggi, yaitu sebanyak 33 mahasiswa dengan persentase mencapai 91,7% dengan tingkat regulasi diri yang tinggi dan sebanyak 3 orang mahasiswa dengan persentase 8,3% dengan tingkat regulasi diri yang rendah. Oleh karena itu, berdasarkan data yang telah diperoleh dapat disimpulkan bahwa mahasiswa fakultas Tarbiyah IAI Ibrahimy Genteng Banyuwangi memiliki Regulasi Diri yang tinggi. Mahasiswa fakultas Tarbiyah IAI Ibrahimy Genteng Banyuwangi tergolong memiliki keyakinan akan kemampuan diri, sehingga mereka percaya pada diri mereka bahwa mereka mampu dalam menghadapi tuntutan-tuntutan tugas akhir perkuliahan yakni skripsi

## 2. Resiliensi

Skala untuk variabel Resiliensi terdiri dari 28 item pernyataan yang telah valid. Skor jawaban yang tertinggi adalah 4 sedangkan skor jawaban yang terendah adalah 1, sehingga kemungkinan nilai total skor tertinggi yang hendak dicapai oleh mahasiswa adalah  $28 \times 4 = 112$  dan nilai total skor terendah adalah  $28 \times 1 = 28$ . Analisis data menggunakan bantuan program *SPSS 16.00 For Windows* yang hasilnya diringkas pada tabel berikut.

Variabel	Min	Maks	Rata-rata	SD	Median
Resiliensi	40	76	36	7.44696	58.0000

\*Tabel deskripsi variabel Resiliensi

Penetapan kategori oleh peneliti didasarkan pada skor tertinggi dan terendah, sehingga dapat dihasilkan kategori kecenderungan yang digolongkan menjadi empat kategori yaitu sangat rendah, rendah, tinggi dan sangat tinggi. Adapun distribusi frekuensi kategori dari Resiliensi tercantum dalam tabel berikut:

No.	Skor	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)	Kategori Resiliensi
1	92-112	2	5,6	Sangat Tinggi
2	71-91	25	69,4	Tinggi
3	50-70	9	25	Rendah
4	28-49	0	0	Sangat Rendah
<b>Total</b>		36	100	

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa terdapat 2 orang mahasiswa yang memperoleh skor pada kategori Sangat Tinggi. 25 orang mahasiswa yang memperoleh skor pada kategori tinggi. 9 orang mahasiswa yang memperoleh skor pada kategori rendah dan tidak terdapat mahasiswa yang memperoleh skor kategori sangat rendah.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian mahasiswa Fakultas Tarbiyah IAI Ibrahimy Genteng Banyuwangi memiliki kecenderungan Resiliensi dalam kategori tinggi, yaitu sebanyak 27 orang mahasiswa dengan persentase mencapai 75% dengan tingkat resiliensi yang tinggi dan sebanyak 9 orang mahasiswa dengan persentase mencapai 25% dengan tingkat resiliensi rendah. Berdasarkan data yang



telah diperoleh dapat disimpulkan bahwa mahasiswa fakultas Tarbiyah IAI Ibrahimy Genteng Banyuwangi memiliki tingkat

Resiliensi mahasiswa yang tinggi. Hal ini berarti mahasiswa fakultas Tarbiyah IAI Ibrahimy Genteng Banyuwangi memiliki keyakinan dalam memecahkan masalah pribadi maupun permasalahan yang dihadapi dalam mengerjakan skripsinya karena tingginya tingkat kepercayaan diri dalam diri mereka dalam menghadapi suatu permasalahan.

### **C. Analisis dan Pengujian Hipotesis**

#### **1. Uji Normalitas**

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah distribusi dari seluruh variabel yang diteliti berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan uji *KolmogorovSmirnov*, jika nilai  $\text{sig} > 0,05$  maka asumsi normalitas dalam penelitian ini terpenuhi. Setelah dilakukan uji normalitas dengan menggunakan program *SPSS 16.00 for windows*, dihasilkan nilai signifikansi dari uji *Kolmogorov-Smirnov* yang disajikan dalam tabel berikut:

**IAIN JEMBER**

## One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

### Unstandardized

		Residual
N		36
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	9.81836395
Most Extreme Differences	Absolute	.119
	Positive	.119
	Negative	-.095
Test Statistic		.119
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>

\*tabel hasil uji normalitas menggunakan program SPSS

Dari tabel di atas dapat dilihat nilai signifikansi sebesar  $0.200 > 0.05$ . dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebaran data pada variabel regulasi diri dan resiliensi dapat dikatakan berdistribusi normal karena perolehan  $\text{sig} > 0.05$  yang artinya data berdistribusi normal sehingga data yang diambil memiliki kesimpulan dengan cakupan yang lebih luas, jadi, asumsi normalitas penelitian ini terpenuhi.

## 2. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah variabel bebas dan terikat dalam penelitian ini memiliki hubungan yang linear. Dikatakan linear jika kenaikan skor variabel bebas diikuti kenaikan variabel terikat.

Kriteria yang digunakan yaitu jika harga  $F_{hitung} < F_{tabel}$  pada taraf signifikan 5%, maka model linear tersebut dapat diterima karena adanya pengaruh antara variabel bebas dan variabel terikat dalam bentuk linear. Sebaliknya jika harga  $F_{hitung} > F_{tabel}$  pada taraf signifikan 5%,

maka pengaruh antara variabel bebas dan variabel terikat tidak dalam bentuk linear.

Berdasarkan hasil dari program SPSS 16.00 For Windows uji linearitas yang dilakukan memperoleh hasil yang disajikan dalam tabel berikut:

**ANOVA Table**

			Sum of		Mean		
			Squares	df	Square	F	Sig.
resiliensi	Between	(Combined)	1371.972	17	80.704	.725	.744
*	Groups	Linearity	2.963	1	2.963	.027	.872
regulasi_		Deviation	1369.009	16	85.563	.768	.700
diri		from Linearity					
Within Groups			2005.000	18	111.389		
Total			3376.972	35			

Nilai  $F_{tabel}$  dalam penelitian ini dengan  $n=36$  dan  $K=$  didapatkan nilai 4,11.

Berdasarkan hasil analisis pada hasil uji linearitas antara variabel regulasi diri dan resiliensi pada tabel di atas diperoleh nilai  $F_{hitung}$  sebesar 0,768 sehingga perolehan  $F_{hitung} < F_{tabel}$ . Jadi dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara variabel regulasi diri dan resiliensi. Dengan demikian asumsi linearitas antara kedua variabel terpenuhi.

### 3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan rumus analisis korelasi *product moment pearson* dengan bantuan program SPSS 16.00

*For Windows*. Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

H<sub>0</sub>: Tidak terdapat hubungan antara Regulasi Diri dan Resiliensi pada mahasiswa Fakultas Tarbiyah IAI Ibrahimy Genteng Banyuwangi.

H<sub>a</sub>: Terdapat hubungan antara Regulasi Diri dan Resiliensi pada mahasiswa Fakultas Fakultas Tarbiyah IAI Ibrahimy Genteng Banyuwangi.

Setelah hipotesis dirumuskan, kemudian dilanjutkan dengan pengujian hipotesis menggunakan analisis korelasi *product momet* *pearson* untuk mengetahui bagaimana hubungan Regulasi Diri dan Resiliensi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Setelah dilakukan analisis korelasi menggunakan program *SPSS 16.00 For Windows* didapatkan tabel berikut:

		Regulasi Diri	Resiliensi
<b>Regulasi Diri</b>	<b>Pearson Correlation</b>	1	.471**
	<b>Sig. (2-tailed)</b>		0.000
	<b>N</b>	36	36
<b>Resiliensi</b>	<b>Pearson Correlation</b>	.471**	1
	<b>Sig. (2-tailed)</b>	0.000	
	<b>N</b>	36	36

Berdasarkan tabel di atas (H<sub>a</sub>) diterima apabila  $p$  (sig) < 0,05

Berdasarkan perhitungan melalui program *SPSS 16.00 For Windows* dengan taraf signifikansi 5%, diperoleh nilai  $p$ (sig) = 0,000 maka dapat

ditarik kesimpulan bahwa ( $H_a$ ) yang menyatakan terdapat hubungan antara Regulasi Diri dan Resiliensi pada mahasiswa Fakultas Tarbiyah di IAI Ibrahimy Genteng Banyuwangi, diterima. Sedangkan ( $H_o$ ) yang menyatakan tidak terdapat hubungan antara Regulasi Diri dan Resiliensi pada mahasiswa Fakultas Tarbiyah di IAI Ibrahimy Genteng Banyuwangi ditolak.

Berdasarkan perhitungan tersebut dapat dinyatakan terdapat hubungan antara Regulasi Diri dengan Resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Mahasiswa yang memiliki Regulasi diri tinggi cenderung memiliki Resiliensi yang tinggi begitu juga sebaliknya, Mahasiswa yang memiliki regulasi diri yang rendah cenderung memiliki resiliensi diri yang rendah pula. Temuan ini mendukung hipotesis penelitian yang menyatakan: “Terdapat hubungan antara Regulasi Diri dan Resiliensi pada mahasiswa PAI Fakultas Tarbiyah di IAI Ibrahimy Genteng Banyuwangi.

#### **D. Pembahasan**

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan, diperoleh hasil bahwa sebagian mahasiswa fakultas Tarbiyah di IAI Ibrahimy Genteng Banyuwangi memiliki tingkat regulasi diri yang tinggi dengan persentase mencapai 91,7% dan tingkat resiliensi yang tinggi dengan persentase mencapai 75%. Individu yang memiliki regulasi diri yang rendah akan menganggap dirinya tidak mampu menyelesaikan segala sesuatu tugas yang mereka hadapi, sedangkan seseorang dengan regulasi diri yang tinggi percaya bahwa mereka mampu

melakukan sesuatu agar dapat menyelesaikan tugas yang mereka dapatkan.

<sup>46</sup>Seorang individu yang memiliki regulasi diri tinggi akan berusaha keras untuk mengatasi tantangan yang ada, sedangkan orang dengan regulasi diri rendah cenderung akan cepat menyerah karena mereka tidak percaya pada diri mereka sendiri.

Berdasarkan perhitungan uji korelasi *product moment pearson* diperoleh nilai koefisien korelasi pada hubungan variabel regulasi diri dengan resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi adalah sebesar 0,471 yang berarti antara variabel regulasi diri dan resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi memiliki hubungan yang sedang, selain itu nilai positif pada koefisien korelasi menunjukkan adanya hubungan yang positif antara variabel regulasi diri dan resiliensi. Hubungan ini bermakna bahwa semakin besar tingkat regulasi diri yang dimiliki oleh individu, maka semakin tinggi resiliensi individu tersebut untuk bertahan dalam mencapai tujuan hidupnya dan sebaliknya. Selain dari nilai koefisien korelasi, dapat juga dilihat dari taraf signifikansi yang diperoleh dengan nilai  $p(\text{sig})=0,000 < 0,05$  maka hasil analisis korelasi mendukung asumsi penelitian yang telah diajukan, yaitu terdapat hubungan antara regulasi diri dengan resiliensi pada mahasiswa fakultas Tarbiyah di IAI Ibrahimy Genteng Banyuwangi.

Hasil dari penelitian diketahui bahwa korelasi antara regulasi diri dengan resiliensi Mahasiswa fakultas Tarbiyah di IAI Ibrahimy Genteng Banyuwangi. bernilai positif atau signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa

---

<sup>46</sup> Ghufroon. Teori-teori Psikologi. (Yogyakarta: Ar-Ruz Media, 2010), Hlm. 75.

resiliensi mahasiswa dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah regulasi diri itu sendiri. Seseorang dengan tingkat regulasi diri tinggi dapat mengatur dirinya sendiri, mempengaruhi tingkah lakunya dengan cara mengatur lingkungan, menciptakan dukungan kognitif, serta mengadakan konsekuensi bagi tingkah lakunya sendiri, misalnya pada mahasiswa ketika mendapatkan tugas kuliah. Mahasiswa yang memiliki regulasi diri yang tinggi mereka dapat mengatur dirinya sendiri mengenai kapan dia harus mengerjakan tugasnya karena mereka memahami konsekuensi ketika tugas tersebut tidak selesai sehingga mereka dapat mencapai tujuannya dengan baik. Sebaliknya pada mahasiswa yang memiliki regulasi diri yang rendah mereka cenderung tidak dapat mengatur tingkah lakunya karena tidak dapat mengatur kondisi lingkungannya dan tidak menghiraukan konsekuensi dari perbuatannya tersebut, sehingga tujuan mereka cenderung sulit untuk dicapai.

Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Bandura yang menyatakan bahwa regulasi diri merupakan kemampuan manusia mengatur dirinya sendiri, mempengaruhi tingkah lakunya dengan cara mengatur lingkungan, menciptakan dukungan kognitif, serta mengadakan konsekuensi bagi tingkah lakunya sendiri. Seseorang harus mampu mengatur perilaku sendiri guna mencapai tujuan yang diinginkan. Hal ini menunjukkan bahwa regulasi diri perlu dilakukan yaitu dengan cara manajemen waktu dan mengontrol perilaku sehingga tujuan yang hendak dicapai dapat dioptimalkan dengan baik. Hal tersebut menunjukkan bahwa tingkat regulasi diri yang tinggi membuat mahasiswa lebih yakin akan kemampuan yang

mereka miliki untuk menyelesaikan tugas perkuliahan yang menjadi kewajiban sebagai seorang mahasiswa, tidak menyia-nyaiakan waktu dalam mengerjakan tugas yang diberikan serta dapat mengontrol diri dengan baik agar segera menyelesaikan skripsinya.<sup>47</sup>

Dapat disimpulkan bahwa hasil dari penelitian ini mendukung pernyataan dari beberapa ahli sehingga dapat disimpulkan bahwa regulasi diri mempengaruhi resiliensi pada mahasiswa. Karena hasil dari penelitian ini juga sesuai dengan penelitian terdahulu oleh Febriaty Palupi Hutagalung yang menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi diri dengan resiliensi<sup>48</sup>, artinya semakin tinggi tingkat regulasi diri pada mahasiswa fakultas Tarbiyah prodi PAI, maka semakin tinggi resiliensi pada mahasiswa begitupun sebaliknya. Hal ini berarti seseorang yang memiliki regulasi diri yang tinggi biasanya merasa bahwa pekerjaan itu mudah untuk dikerjakan. Jadi seseorang memiliki ekspektasi tinggi pada pekerjaan tersebut. Jika seseorang memiliki regulasi diri rendah maka kemungkinan tingkat resiliensi rendah.

Selain itu penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Hiew yang menyatakan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara resiliensi dengan regulasi diri. Variabel regulasi diri memiliki keterkaitan dengan resiliensi sebagai faktor protektif untuk masalah perilaku remaja. Penelitian lainnya oleh Eisenberg dan Spinard juga menyatakan bahwa regulasi diri berperan sebagai salah satu faktor dalam meningkatkan resiliensi

---

<sup>47</sup> Jhon Santrock, Pendidikan Psikologi, (Jakarta: Kencana, 2007), Hlm 286.

<sup>48</sup> Febriaty Palupi Hutagalung, Hubungan Antara Self Regulation Dengan Resiliensi Pada Aktivis Organisasi, (Skripsi, Universitas Katolik Soegijapranata, Semarang, 2016).



bagi individu. Regulasi diri dapat sangat relevan untuk memahami tingkat resiliensi individu, sebagai bentuk menciptakan kehidupan yang diinginkan.

Selain regulasi diri yang menjadi salah satu faktor penyebab tinggi atau rendahnya tingkat resiliensi seseorang, masih terdapat faktor-faktor lain yang juga turut mempengaruhi perilaku resiliensi mahasiswa. Sebagaimana teori yang mengungkapkan terdapat faktor-faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal berupa kemampuan kognitif, konsep diri, harga diri, kompetensi sosial yang dimiliki individu, gender, serta keterikatan individu dengan budaya. Sedangkan faktor eksternal terdiri dari harga diri, dukungan sosial, tingkat spiritualitas serta keadaan emosional mahasiswa tersebut.<sup>49</sup>

Terbuktinya hipotesis alternatif (Ha) yang diterima dalam penelitian ini juga dapat dilihat dari respon yang diberikan pada skala regulasi diri, yakni sebanyak 91,7% mahasiswa fakultas Tarbiyah di IAI Ibrahimy Genteng Banyuwangi memiliki regulasi diri yang tinggi dan memiliki tingkat Resiliensi tinggi pula yakni sebesar 75%. Hal ini terjadi karena terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi diri, yaitu: observasi diri, proses penilaian serta reaksi diri ketika sedang dihadapkan suatu permasalahan yang dialami oleh mahasiswa.<sup>50</sup>

Berdasarkan pengujian hipotesis diperoleh hasil yang menyatakan terdapat hubungan antara Regulasi Diri dan Resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Artinya, semakin tinggi tingkat Regulasi Diri

<sup>49</sup> and Outcomes. (New York: Springer, 2011). Resnick, B., Gwyther, L.P., & Roberto, K. A. Resilience in Aging: Concepts, Research,

<sup>50</sup> Alwisol, Psikologi Kepribadian, ( Malang: UMM Press, 2018 ), 301.

mahasiswa maka perilaku Resiliensi akan semakin tinggi, sebaliknya semakin rendah tingkat Regulasi Diri mahasiswa maka perilaku Resiliensi akan semakin rendah. Berdasarkan analisis dalam penelitian ini dapat dilihat bahwa Regulasi Diri merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi Resiliensi, namun Regulasi Diri bukanlah faktor mutlak yang menjadi penyebab Resiliensi. Jadi, Hasil Penelitian ini membuktikan bahwa terdapat hubungan yang positif antara Regulasi Diri dan Resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam di Institut Agama Islam Ibrahimy Banyuwangi. Dengan kata lain bahwa hipotesis dari penelitian ini yang menyatakan Terdapat hubungan antara Regulasi Diri dan Resiliensi pada mahasiswa Fakultas Fakultas Tarbiyah IAI Ibrahimy Genteng Banyuwangi diterima.



## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan antara Regulasi Diri dengan Resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Kampus IAI Ibrahimy Genteng Banyuwangi, maka kesimpulan yang didapat sebagai berikut:

1. Tingkat Regulasi Diri pada mahasiswa fakultas Tarbiyah IAI Ibrahimy genteng banyuwangi berada pada kategori tinggi dengan persentase mencapai 91,7%. Regulasi diri pada mahasiswa fakultas dakwah dipengaruhi oleh observasi diri, proses penilaian serta reaksi diri ketika sedang dihadapkan suatu permasalahan.
2. Tingkat Resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi pada mahasiswa fakultas Tarbiyah IAI Ibrahimy genteng banyuwangi berada pada kategori rendah dengan persentase mencapai 75%. Resiliensi pada mahasiswa dipengaruhi oleh kemampuan kognitif, konsep diri, harga diri, kompetensi sosial, harga diri, dukungan sosial, tingkat spiritualitas serta keadaan emosional
3. Terdapat hubungan yang positif antara regulasi diri dengan resiliensi. Semakin tinggi regulasi diri yang dimiliki seorang mahasiswa maka akan semakin tinggi tingkat resiliensinya, sebaliknya semakin rendah regulasi diri mahasiswa maka akan semakin rendah tingkat resiliensinya.

## B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka saran yang dapat diberikan adalah:

### 1. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih keilmuan bagi Prodi Bimbingan dan Konseling Islam bahwa egulasi diri dapat mempengaruhi perilaku resiliensi pada mahasiswa, maka diharapkan pihak Prodi Bimbingan dan Koneeling Islam dapat memberikan suatu pembinaan atau layanan pribadi dan sosial kepada mahasiswa guna meningkatkan regulasi diri pada mahasiswa agar dapat membentuk resiliensi yang baik, tentunya dengan memperhatikan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kedua hal tersebut.

Hasil penelitian diperoleh bahwa perilaku regulasi diri mahasiswa berada pada kategori tinggi. Hal ini dapat dikatakan bahwa sebagian mahasiswa tidak berperilaku resiliensi, dalam hal ini mahasiswa diharapkan untuk mempertahankannya regulasi diri mereka. Karena regulasi diri yang kuat perlu dimiliki oleh setiap mahasiswa agar dapat meningkatkan resiliensi dalam diri mereka sehingga mahasiswa dapat mengerjakan tugas akhir dengan baik dan dapat lulus tepat waktu.

### 2. Bagi peneliti selanjutnya Bagi peneliti selanjutnya

Regulasi diri dan resiliensi merupakan aspek yang diteliti, akan tetapi tentunya masih terdapat kekurangan yang masih perlu diperbaiki dalam penelitian ini. Sehingga peneliti berikutnya diharapkan dapat

mengembangkan penelitian ini dengan mempertimbangkan variabel lain yang mungkin dapat mempengaruhi tingkat resiliensi pada mahasiswa.

### 3. Bagi Prodi Bimbingan Dan Konseling Islam

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih keilmuan bagi Prodi Bimbingan dan Konseling Islam bahwa egulasi diri dapat mempengaruhi perilaku resiliensi pada mahasiswa, maka diharapkan pihak Prodi Bimbingan dan KonseIing Islam dapat memberikan suatu pembinaan atau layanan pribadi dan sosial kepada mahasiswa guna meningkatkan regulasi diri pada mahasiswa agar dapat membentuk resiliensi yang baik, tentunya dengan memperhatikan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kedua hal tersebut.



**DAFTAR PUSTAKA**

- Albi, Anggito. Metodologi Penelitian. Sukabumi: CV Jejak, 2018.
- Alfianika, Ninit. Metode Penelitian Pengajaran: Bahasa Indonesia. Yogyakarta: Deepublish, 2018.
- Alwisol. Psikologi Kepribadian. Malang: UMM Press, 2018.
- Arikunto, Suharsimi. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Ppraktek. Jakarta: Rineka cipta, 2006.
- Desmita. Psikologi Perkembangan Peserta Didik. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2016.
- Ghufron. Teori-teori Psikologi. Yogyakarta: Ar-Ruz Media, 2010.
- Hadi, Sutrisno. Statistik Jilid I. Yogyakarta: Andi Offset, 2001.
- Hendriani, Wiwin Resiliensi Psikologi. Jakarta Timur: Prenada Media Group, 2019.
- Manab, Abdul. Psychology Humanity. Universitas Muhamadiyah Malang, 2016.
- Marzuki. Metodologi Riset. Yogyakarta: 2005.
- Mundir. Statistik Pendidikan Pengantar Analisis Data Untuk Penulisan Skripsi dan Tesis. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014.
- Rahman, Agus Abdul. Psikologi Sosial. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada, 2013.
- Sagor, Richard. Building Resiliency in Student, Creating a Climate for Learning. Mass: Watersun Press, 1996.
- Santrock, Jhon. Pendidikan Psikologi. Jakarta: Kencana, 2007.
- Sary, Yessy Nur Indah. Psikologi Pendidikan. Yogyakarta: Parama Publisher, 2008.
- Sugiyono. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta, 2011.
- Sugiyono. Statistika Untuk Penelitian. Bandung: Alfabeta, 2011.
- Suryabrata, Sumadi. Metodologi Penelitian. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2006.

Tim Penyusun IAIN. Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Pascasarjana. Jember: STAIN Press, 2015.

**Sumber Lain:**

Ardina, Putri Ramadhani Ayu dan Wulan, Putri Ramadhani Ayu. Pengaruh Regulasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMA, 2016.

Azhari, Teuku Riki. Hubungan Regulasi Diri dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Syiah Kuala, 2016.

Cefai, Carmel. Promoting Resilience In The Classroom: A Guide To Developing Pupils Emotional And Cognitive Skills. London: Jessica Kingsley Publisher, 2008.

Dias dan Candime. Protective Factor And Resilience In Adolescent: The Mediating Role Of Self Regulation. *Psicologia Educativa* : 2017.

Fatmawati, Indatus. Hubungan Antara Regulasi Diri Dan Resiliensi Pada Remaja Di Keluarga Yang Bercerai. Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia, 2018.

Habibah, Nur Faiz. Pengaruh Kreativitas Guru Pendidikan Agama Islam Dan Hasil Belajar Siswa Terhadap Resiliensi Siswa Di SMKN 5 Jember, Thesis, IAIN Jember, Jember, 2017.

Hiew. Resilience: Self-Regulation And Letting Go. In International Congress Of Psychology, 2004.

Hutagalung, Febriaty Palupi. Hubungan Antara Self Regulation Dengan Resiliensi Pada Aktivistis Organisasi, Skripsi, Universitas Katolik Soegijapranata, Semarang, 2016.

Prihastuti. Profil Resiliensi Pendidik Berdasarkan Resilience Quotient Test, 2011.

Rachmah, Dwi Nur. Regulasi Diri Dalam Belajar Pada Mahasiswa Yang Memiliki Peran Banyak. *Jurnal Psikologi*. Volume 42. No. 1. 2015.

Resnick, B., Gwyther, L.P., & Roberto, K. A.. Resilience in Aging: Concepts, Research, and Outcomes. New York: Springer. 2011.

Roellyana dan Listiyanti. Peranan Optimis terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengerjakan Skripsi. *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia*. Vol. 1. No. 1, 2016.

Sukmaningpraja, Ayasafira. Peran Regulasi Emosi terhadap Resiliensi pada Siswa Sekolah Berasrama Berbasis Semi Militer. *Gajah Mada Journal of Psychology*. Vol. 2. No. 3. 2016.

Wibowo, Ucha Febrianchi. Resiliensi Akademik Mahasiswa Yang Sedang Menempuh Skripsi. Skripsi. Malang: Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang, 2018.





## MATRIK PENELITIAN

JUDUL	VARIABEL	SUB VARIABEL	INDIKATOR	SUMBER DATA	METODE PENELITIAN	FOKUS PENELITIAN
<p>Hubungan antara Regulasi Diri dengan Resilensi dalam mengerjakan Skripsi pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Institut Agama Islam Ibrahimy Banyuwangi</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Regulasi Diri</li> <li>Resiliensi</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Menurut Pintrich regulasi diri:                             <ol style="list-style-type: none"> <li>Metakognisi</li> <li>Motivasi</li> <li>Perilaku</li> </ol> </li> <li>Menurut Grotberg Resiliensi:                             <ol style="list-style-type: none"> <li>I HAVE</li> </ol> </li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Menetapkan tujuan dalam belajar bagi mahasiswa semester akhir</li> <li>Modifikasi kondisi dan reaksi emosi</li> <li>Mengalokasikan waktu, tenaga dan materi</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>Sumber dukungan</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Informan                             <ol style="list-style-type: none"> <li>Dosen</li> <li>Karyawan</li> </ol> </li> <li>Responden: Mahasiswa PAI semester Akhir</li> <li>Dokumentasi</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Metode penelitian: menggunakan metode penelitian Kuantitatif dengan pendekatan Deskriptif Kolerasional</li> <li>Metode pengumpulan data menggunakan Angket.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Bagaimana tingkat regulasi diri mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di IAIN Banyuwangi?</li> <li>Bagaimana tingkat resiliensi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di IAIN Banyuwangi?</li> <li>Adakah hubungan antara regulasi diri dan</li> </ol>

		<p>b. IAM</p> <p>c. ICAN</p>	<p>eksternal</p> <p>2. Sumber dukungan individu</p> <p>3. Sumber dukungan sosial dan interpersonal</p>			<p>resiliensi terhadap mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di IAI Banyuwangi?</p>
--	--	------------------------------	--	--	--	---

IAIN JEMBER

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Moh. Hadi Fathoni  
NIM : D20163010  
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Fakultas : Dakwah  
Institusi : IAIN Jember

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa sebenarnya dalam hasil penelitian ini tidak terdapat unsur-unsur penjiplakan karya penelitian atau karya ilmiah yang pernah dilakukan atau dibuat orang lain, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka.

Apabila dikemudian hari ternyata hasil penelitian ini terbukti terdapat unsur-unsur penjiplakan dan ada klaim dari pihak lain, maka saya bersedia untuk diproses sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jember, 18 Januari 2021  
Saya yang menyatakan



Moh. Hadi Fathoni



KEMENTERIAN AGAMA RI  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI JEMBER  
FAKULTAS DAKWAH

Jl. Mataram No. 1 Mangli, Telp. (0331) 487550 Fax. (0331) 472005, kode Pos: 68136  
Website: [fdakwah.iain-jember.ac.id](http://fdakwah.iain-jember.ac.id) – e-mail: [fdiainjember@gmail.com](mailto:fdiainjember@gmail.com)

Nomor : B. 1016/In.20/6.d/PP.00.9/ 09 /2020  
Lampiran : -  
Hal : Permohonan Tempat Penelitian Skripsi

7 September 2020

Yth.

Rektor Institut Agama Islam Ibrahimy Banyuwangi

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Dengan ini kami memohon dengan hormat agar mahasiswa berikut :

Nama : Moh. Hadi Fathoni  
NIM : D20163010  
Fakultas : Dakwah  
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam  
Semester : IX (sembilan)

Dalam rangka penyelesaian / penyusunan skripsi, yang bersangkutan mohon dengan hormat agar diberi ijin mengadakan penelitian / riset selama  $\pm$  30 hari di lembaga yang Bapak/Ibu pimpin.

Peneitian yang akan dilakukan berjudul "Hubungan antara Regulasi Diri dengan Resiliensi dalam mengerjakan Skripsi pada Mahasiswa Program studi Pendidikan agama Islam di Institut Agama Islam Ibrahimy Banyuwangi"

Demikian atas perkenan dan kerjasama Bapak/Ibu, kami sampaikan terimakasih.

*Wassalamu'alaikum Wr.Wb.*

An. Dekan,  
Plt. Wakil Dekan Bidang Akademik



Siti Raudhatul Jannah



**FAKULTAS TARBIYAH**  
Institut Agama Islam IBRAHIMY Genteng Banyuwangi

PROGRAM STUDI :  
Pendidikan Agama Islam (PAI)  
Pendidikan Guru MI (PGMI)  
Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD)

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : 165/F1/A.5/4.039.01/XI/2020

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dr.Fathi Hidayah,M.Pd.I  
NIDN : 21190385502  
Jabatan : Dekan Fakultas Tarbiyah

Menerangkan dengan sebenarnya bahwa :

Nama : Moh. Hadi Fatoni  
NIM : D20163010  
Fakultas : Dakwah  
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam  
Semester : IX (Sembilan)

Telah melaksanakan penelitian pada tanggal 01 Oktober 2020 sampai dengan 31 Oktober 2020 dengan judul penelitian **“HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DENGAN RESILIENSI DALAM MENGERJAKAN SKRIPSI PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM IAI IBRAHIMY GENTENG BANYUWANGI”**

Demikian surat keterangan ini dibuat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.








Banyuwangi, 03 November 2020



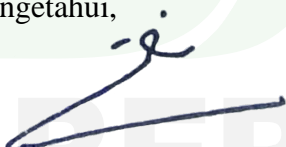
**Dr. FATHI HIDAYAH, M.Pd.I**  
NIDN. 21190385502

Jalan KH. Hasyim Asy'ari No. 01 Genteng - Banyuwangi  
Telp. (0333) 845654 | Fax. (0333) 842196 | www.iaibrahimy.ac.id  
e-mail : iaibrahimy@gmail.com

## JURNAL KEGIATAN PENELITIAN

NO	Hari/Tanggal	Uraian Kegiatan	Paraf
1	Jum'at/02 Oktober 2020	Silaturahmi ke Rumah Kaprodi PAI IAI, Bpk Abdul Aziz	
2	Jum'at/09 Oktober 2020	Memberikan surat ijin penelitian kepada Bpk Abdul Aziz, sekaligus meminta izin terkait teknis untuk meminta data kepada mahasiswa PAI secara daring	
3	Sabtu/17 Oktober 2020	Wawancara dengan Bapak Abdul Aziz terkait Mahasiswa PAI yang akan saya teliti	
4	Rabu, 21 Oktober 2020	Wawancara lanjutan dengan Asisten Kaprodi terkait pengumpulan mahasiswa yang akan diminta sampel data	
5	Minggu/25 Oktober 2020	Kroscek data bersama Asdos tersebut terkait data data yang akan saya ambil dalam penelitian ini, hingga terpenuhi sampel yang saya butuhkan	
6	Jum'at 30 Oktober 2020	Meminta struktur organisasi kampus IAI	
7	Kamis, 17 Desember 2020	Meminta surat balik sesudah melakukan penelitian kepada kaprodi IAI	

Banyuwangi, 17 Desember 2020  
Mengetahui,

  
**Dr. Fathi Hidayah, M.Pd.I**  
NIDN. 21190385502

## LAMPIRAN

### 1. Skala Regulasi Diri dan Resiliensi Sebelum Uji Coba

#### A. Skala Regulasi Diri

NO	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Terbiasa menunda tugas perkuliahan				
2.	Tugas yang terlalu banyak membuat saya malas untuk mengerjakan				
3.	Saya merasa malas belajar ketika dosen jarang masuk kelas				
4.	Dosen terlalu cepat menjelaskan pelajaran sehingga saya terlambat untuk mencatat				
5.	Malas belajar ketika sudah jenuh				
6.	Mengerjakan tugas melalui media sosial untuk mencari referensi				
7.	Mampu memiliki kepercayaan diri dalam mengerjakan tugas				
8.	Saya malas ketika mencoba sesuatu yang gagal				
9.	Kehilangan semangat belajar ketika saya bersama teman-teman				
10.	Dosen memberi dadline tidak sesuai sehingga saya terlambat mengumpulkan tugas				
11.	Apa yang saya rencanakan tidak sesuai dengan target				
12.	Terbiasa menunda tugas yang diberikan oleh dosen				
13.	Mendahulukan untuk segera mengerjakan tugas yang diberikan dosen meskipun dadline lama				
14.	Berfikir untuk mengerjakan tugas sebelum melakukan aktifitas lain				
15.	Fokus belajar sering terganggu ketika bermain media sosial				
16.	Apa yang saya rencanakan tidak sesuai dengan waktu yang saya tetapkan untuk menyelesaikan tugas				

17.	Saya mengikuti mata kuliah dengan baik				
18.	Saya membiasakan diri untuk mencatat saat dikelas				
19.	Konsisten untuk mengerjakan tugas akhir				
20.	Saya dapat bangkit ketika mengalami kegagalan				
21.	Saya mampu mengerjakan tugas disaat belajar bersama teman-teman				
22.	Tepat waktu ketika menyelesaikan tugas akhir				
23.	Membuat target untuk menyelesaikan tugas akhir				
24.	Bersungguh-sungguh untuk mengerjakan tugas akhir				





B. Skala Resiliensi

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Kurangnya perhatian yang diberikan kepada individu sehingga kurang mampu berinteraksi dengan orang lain.				
2.	Adanya perhatian yang diberikan kepada individu sehingga mampu untuk berinteraksi dengan orang lain.				
3.	Adanya aturan dari orang tua yang mengakibatkan individu kurang bebas dalam beradaptasi.				
4.	Adanya aturan orang tua yang membuat individu mampu dalam beradaptasi.				
5.	Individu merasa dirinya kurang dipedulikan dan kurang mendapat kasih sayang dari orang lain.				
6.	Individu merasa dirinya dibutuhkan dan mendapat kasih sayang dari orang lain.				
7.	Individu kurang mampu dalam memecahkan masalah dalam mencari problem solving.				
8.	Individu mampu memecahkan masalah dan mencari solusi yang diharapkan.				
9.	Individu kurang mampu memanfaatkan fasilitas umum.				
10.	Individu mampu memanfaatkan fasilitas umum.				
11.	Individu kurang mampu berperilaku baik terhadap orang yang memberi respek baik.				
12.	Individu mampu berperilaku baik terhadap orang yang memberi respek baik.				
13.	Individu kurang peduli terhadap orang lain dan masyarakat.				
14.	Individu peduli terhadap orang lain dan masyarakat.				
15.	Individu kurang mampu memahami dirinya sendiri				
16.	Individu mampu memahami dirinya sendiri.				
17.	Kurangnya rasa tanggung jawab terhadap diri sendiri.				
18.	Adanya rasa tanggung jawab terhadap diri sendiri.				
19.	Kurangnya rasa percaya diri dan keyakinan dalam hal moralitas dan kebaikan.				
20.	Adanya rasa percaya diri dan keyakinan dalam hal moralitas dan kebaikan.				
21.	Kurangnya mendengarkan pendapat orang lain.				
22.	Individu mampu mendengarkan pendapat orang lain.				
23.	Kurangnya mencari solusi dalam permasalahan yang dihadapi.				
24.	Individu mampu mencari solusi dalam permasalahan yang dihadapi				

25.	Individu kurang mampu dalam mengatur emosi				
26.	Individu mampu dalam mengatur emosi				
27.	Individu kurang mampu memahami tempramen dirinya sendiri (bertingkah mengambil resiko dan berhati-hati).				
28.	Individu mampu memahami tempramen dirinya sendiri (bertingkah mengambil resiko dan berhati-hati).				
29.	Kurangnya dukungan dari orang lain dalam membentuk kepercayaan diri.				
30.	Adanya dukungan dari orang lain dalam membentuk kepercayaan diri.				



## 2. Rekap Data Hasil Uji Coba Skala Regulasi Diri dan Resiliensi

### A. Regulasi Diri

4	4	4	4	4	1	1	1	2	2	1	1	2	3	1	3	3	3	1	1	1	4	3	3	60
4	3	3	4	3	1	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	4	3	3	68
4	2	3	4	3	1	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	4	3	3	68
3	4	4	3	3	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1	4	4	4	1	1	1	4	4	4	66
3	4	4	3	3	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1	4	4	4	1	1	1	4	4	4	66
3	3	4	3	3	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1	4	4	4	1	1	1	4	4	4	66
4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	2	3	3	3	2	4	4	4	3	2	3	3	4	4	81
3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	70
3	2	3	1	2	3	3	1	3	4	2	3	3	3	3	2	3	2	3	4	3	3	4	3	66
3	3	3	3	3	2	4	1	1	2	2	3	4	4	1	3	4	4	4	4	2	4	4	4	74
3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	71
3	3	2	2	3	2	4	4	3	2	3	3	2	2	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	74
3	2	2	1	3	3	4	3	3	4	2	1	3	3	3	2	4	3	4	3	2	3	4	4	69
4	4	4	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	64
3	2	1	2	3	3	4	2	3	1	2	3	4	3	3	2	3	4	4	3	3	4	3	4	69
3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	65
3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	1	3	3	71
3	2	3	3	3	2	4	1	1	1	1	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	57
4	1	3	4	2	1	3	3	2	3	1	3	3	3	3	2	4	2	4	3	4	4	3	4	72
3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	63
3	3	4	3	3	2	4	1	1	2	2	3	3	3	3	1	4	4	4	4	3	3	3	3	69
3	3	3	3	3	1	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	1	3	3	3	64
4	2	1	4	4	1	4	2	3	3	2	1	3	2	2	2	4	3	4	3	3	4	3	4	71

3	3	2	2	3	2	3	1	2	2	3	3	2	1	1	2	3	3	3	3	3	3	3	59		
3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	71		
3	3	3	3	3	1	2	3	3	2	2	3	3	3	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	65	
3	2	2	2	2	2	2	1	2	3	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	2	3	52	
4	4	2	3	3	1	4	2	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	2	2	3	3	4	3	3	71
4	3	4	4	3	4	2	2	4	3	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	79	
4	4	4	3	3	3	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	85	
3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	69	
3	4	4	4	4	1	4	4	4	2	4	1	1	4	4	4	4	4	4	1	2	4	4	4	79	
4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	88	
3	4	4	3	4	1	2	4	2	4	2	2	3	3	4	4	4	2	2	3	2	4	4	4	75	
3	4	3	4	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	1	3	3	3	67	
3	3	1	3	3	4	4	4	3	1	1	1	1	4	4	4	4	2	1	1	1	4	4	4	63	

# IAIN JEMBER

## B. Resiliensi

4	4	3	4	4	2	2	1	2	1	4	4	4	4	4	2	2	4	3	4	2	2	2	2	1	4	3	3	4	3	88
4	4	2	3	3	1	2	1	2	2	4	3	2	3	3	2	2	4	3	3	2	1	1	1	1	4	3	3	4	4	77
4	3	3	4	4	2	2	1	2	1	3	3	2	3	4	2	1	4	4	4	1	1	2	1	1	4	4	3	4	4	81
4	4	4	4	4	1	2	2	2	2	3	3	1	4	4	1	2	4	4	4	2	1	1	2	1	4	3	4	4	4	85
4	4	2	4	4	2	2	2	2	1	3	3	4	2	4	2	1	4	3	4	1	2	1	1	2	3	4	3	4	4	82
4	2	4	3	4	1	2	1	1	1	3	4	2	4	3	2	2	4	4	2	2	1	2	2	1	3	4	4	3	3	78
3	4	3	4	3	1	1	1	2	1	3	4	4	1	2	2	2	3	3	4	1	2	1	1	2	3	4	4	3	4	76
4	3	4	4	4	1	2	1	2	1	4	4	3	3	4	1	1	3	3	4	1	1	1	2	1	3	3	3	4	4	79
4	3	3	4	4	1	2	2	2	2	4	4	1	4	4	2	1	4	3	3	1	1	1	1	2	3	4	4	3	4	81
4	4	4	4	4	1	1	1	2	2	4	4	4	4	1	2	1	3	3	2	1	1	1	1	1	3	3	4	3	4	77
4	3	4	3	4	2	1	2	1	2	4	4	4	4	2	2	1	4	4	4	1	2	2	1	2	3	4	4	3	4	85
3	3	3	4	4	2	1	1	2	2	4	4	4	4	3	1	1	4	4	4	1	2	2	1	2	4	3	3	4	3	83
4	4	3	3	3	2	1	2	2	2	3	4	2	2	4	2	1	4	4	4	2	2	2	2	1	4	3	4	3	4	83
4	4	3	4	3	2	2	2	2	1	4	3	3	4	4	1	1	3	4	3	2	2	2	2	2	3	4	4	4	4	86
4	3	4	4	3	2	2	2	1	1	3	4	1	4	4	2	1	3	4	4	2	1	1	1	1	4	4	4	3	4	81
4	1	3	4	3	2	1	2	1	1	3	3	1	3	2	1	1	3	3	3	2	2	1	2	1	3	2	4	3	4	69
4	3	3	4	4	4	2	2	1	2	4	4	3	4	4	2	2	3	4	3	1	2	2	1	2	3	4	4	3	3	87
4	4	4	4	3	2	1	1	2	2	2	3	4	3	3	4	2	3	3	2	2	2	1	2	2	4	3	3	3	3	81
4	4	4	4	4	4	2	1	2	2	3	3	1	4	4	4	2	3	4	4	1	2	2	1	2	3	3	3	4	4	88
4	2	4	4	4	2	1	2	2	1	4	4	4	3	4	4	1	4	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	4	85
4	4	4	3	4	4	1	1	1	1	3	4	4	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	4	4	2	3	4	4	4	95
4	3	3	4	3	4	2	2	1	2	4	4	4	4	3	1	2	4	4	4	2	2	2	1	4	3	4	4	4	4	92
4	4	4	3	4	3	2	2	1	1	4	3	4	2	4	2	1	3	3	4	1	1	2	1	4	4	4	3	4	3	85
3	4	3	4	4	4	2	2	2	2	4	3	4	4	3	2	1	4	3	4	2	2	2	2	1	4	4	4	4	3	90

2	2	4	2	3	4	2	1	2	2	4	3	3	4	4	2	1	4	4	4	2	1	2	2	2	4	3	4	4	4	4	85
1	2	3	2	2	2	1	2	2	2	3	4	4	4	4	2	1	3	4	2	2	1	2	2	2	2	4	2	3	4	74	
3	1	3	3	3	2	1	1	2	1	4	2	2	2	4	1	1	3	4	4	2	1	1	1	1	2	3	4	4	2	68	
4	4	4	2	2	2	1	2	1	2	3	3	4	2	3	1	2	3	4	3	1	1	1	2	1	3	4	2	4	3	74	
4	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	3	2	2	3	2	4	1	2	1	2	1	4	3	2	3	2	63	
1	4	4	4	2	2	2	1	2	1	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	1	1	2	2	1	3	4	2	3	4	71	
4	4	2	2	4	4	2	1	1	1	4	3	4	2	2	2	1	3	2	2	2	1	1	1	1	4	2	4	3	4	73	
3	1	3	3	3	3	2	1	2	1	2	3	3	4	3	1	2	4	2	3	2	1	2	1	2	2	2	2	4	3	70	
1	3	4	4	4	4	1	2	1	2	2	4	4	4	4	2	1	3	3	3	3	1	1	1	2	3	4	2	3	2	78	
4	1	4	4	4	4	1	3	2	2	4	3	4	3	4	1	2	4	4	4	4	2	2	1	4	4	4	4	3	4	94	
4	3	4	4	3	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	2	2	2	2	4	4	4	4	4	104	
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	116

# IAIN JEMBER

### 3. Skala Regulasi Diri dan Resiliensi Setelah Uji Coba

#### A. Regulasi Diri

NO	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Terbiasa menunda tugas perkuliahan				
2.	Saya merasa malas belajar ketika dosen jarang masuk kelas				
3.	Dosen terlalu cepat menjelaskan pelajaran sehingga saya terlambat untuk mencatat				
4.	Malas belajar ketika sudah jenuh				
5.	Saya malas ketika mencoba sesuatu yang gagal				
6.	Kehilangan semangat belajar ketika saya bersama teman-teman				
7.	Dosen memberi deadline tidak sesuai sehingga saya terlambat mengumpulkan tugas				
8.	Apa yang saya rencanakan tidak sesuai dengan target				
9.	Terbiasa menunda tugas yang diberikan oleh dosen				
10.	Berfikir untuk mengerjakan tugas sebelum melakukan aktifitas lain				
11.	Fokus belajar sering terganggu ketika bermain media sosial				
12.	Apa yang saya rencanakan tidak sesuai dengan waktu yang saya tetapkan untuk menyelesaikan tugas				
13.	Saya mengikuti mata kuliah dengan baik				
14.	Saya membiasakan diri untuk mencatat saat dikelas				
15.	Konsisten untuk mengerjakan tugas akhir				
16.	Saya dapat bangkit ketika mengalami kegagalan				
17.	Saya mampu mengerjakan tugas disaat belajar bersama teman-teman				
18.	Tepat waktu ketika menyelesaikan tugas akhir				
19.	Membuat target untuk menyelesaikan tugas akhir				
20.	Bersungguh-sungguh untuk mengerjakan tugas akhir				

## B. Resiliensi

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Adanya aturan dari orang tua yang mengakibatkan individu kurang bebas dalam beradaptasi.				
2.	Adanya aturan orang tua yang membuat individu mampu dalam beradaptasi.				
3.	Individu merasa dirinya kurang dipedulikan dan kurang mendapat kasih sayang dari orang lain.				
4.	Individu merasa dirinya dibutuhkan dan mendapat kasih sayang dari orang lain.				
5.	Individu kurang mampu dalam memecahkan masalah dalam mencari problem solving.				
6.	Individu mampu memecahkan masalah dan mencari solusi yang diharapkan.				
7.	Individu kurang mampu memanfaatkan fasilitas umum.				
8.	Individu mampu memanfaatkan fasilitas umum.				
9.	Individu kurang mampu berperilaku baik terhadap orang yang memberi respek baik.				
10.	Individu mampu berperilaku baik terhadap orang yang memberi respek baik.				
11.	Individu kurang peduli terhadap orang lain dan masyarakat.				
12.	Individu peduli terhadap orang lain dan masyarakat.				
13.	Individu kurang mampu memahami dirinya sendiri				
14.	Individu mampu memahami dirinya sendiri.				
15.	Kurangnya rasa tanggung jawab terhadap diri sendiri.				
16.	Adanya rasa tanggung jawab terhadap diri sendiri.				
17.	Kurangnya rasa percaya diri dan keyakinan dalam hal moralitas dan kebaikan.				
18.	Adanya rasa percaya diri dan keyakinan dalam hal moralitas dan kebaikan.				
19.	Kurangnya mendengarkan pendapat orang lain.				
20.	Individu mampu mendengarkan pendapat orang lain.				
21.	Kurangnya mencari solusi dalam permasalahan yang dihadapi.				
22.	Individu mampu mencari solusi dalam permasalahan yang dihadapi				
23.	Individu kurang mampu dalam mengatur emosi				
24.	Individu mampu dalam mengatur emosi				
25.	Individu kurang mampu memahami tempramen dirinya sendiri (bertingkah mengambil resiko dan berhati-hati).				
26.	Individu mampu memahami tempramen dirinya sendiri (bertingkah mengambil resiko dan berhati-hati).				
27.	Kurangnya dukungan dari orang lain dalam membentuk				



	kepercayaan diri.				
28.	Adanya dukungan dari orang lain dalam membentuk kepercayaan diri.				



#### 4. Rekap Data Skala Regulasi Diri dan Resiliensi

##### A. Regulasi Diri

3	2	3	3	1	3	1	1	4	3	4	3	3	3	3	1	3	4	3	3	54
2	3	4	4	3	4	4	2	4	2	2	3	3	3	2	2	3	4	3	3	60
4	3	4	3	3	4	4	2	2	2	4	3	3	3	4	2	3	4	3	3	63
3	4	3	3	4	4	1	1	1	3	1	4	4	4	1	1	1	4	4	4	55
3	4	3	3	4	4	1	1	3	1	3	4	4	4	1	1	1	4	4	4	57
3	4	3	3	4	4	1	1	1	1	1	4	4	4	4	1	1	4	4	4	56
4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	2	4	4	4	3	2	3	3	4	4	68
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	58
3	3	3	2	1	3	4	2	3	3	3	2	3	2	3	4	3	3	4	3	57
4	4	3	4	1	1	2	2	3	4	1	3	4	4	4	4	4	4	4	4	64
3	3	3	3	4	3	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	60
3	2	2	3	4	3	2	3	4	2	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	64
3	2	1	3	3	3	4	2	1	3	3	2	4	3	4	3	2	3	4	4	57
4	4	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	52
3	1	2	3	2	3	1	2	3	3	3	2	3	4	4	3	3	4	3	4	56
3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	56
3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	58
3	3	3	3	1	1	1	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	48
4	3	4	2	3	2	3	1	3	3	3	2	4	2	4	3	4	4	3	4	61
3	2	3	3	2	2	1	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	52

3	4	3	3	1	1	2	2	3	3	3	1	4	4	4	4	3	3	3	3	57
3	3	3	3	2	2	3	2	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	56
4	1	4	4	2	3	4	2	1	2	2	2	4	3	2	3	4	4	3	4	58
3	2	2	3	1	2	2	3	1	1	1	2	3	3	1	3	3	3	3	3	45
3	4	3	3	3	3	4	3	4	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	60
3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	2	3	3	3	4	2	2	3	3	3	58
3	2	1	2	1	1	1	3	1	3	2	2	3	1	2	3	2	2	2	3	40
4	2	3	3	2	3	4	3	2	4	2	3	3	2	4	3	3	4	3	3	60
4	4	3	3	2	4	2	4	2	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	65
4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	74
3	2	3	3	3	3	4	4	3	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	60
4	4	4	4	4	4	2	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	75
4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	76
3	4	3	4	4	4	4	2	4	3	4	2	4	2	2	4	3	4	4	4	68
3	3	4	3	2	3	3	2	4	3	2	3	3	3	4	2	2	3	3	3	58
2	3	1	4	4	4	4	2	4	3	4	3	4	2	3	4	1	4	4	4	64

IAIN JEMBER

## B. Resiliensi

4	3	3	3	3	2	4	2	3	4	3	3	3	2	2	3	4	3	2	3	4	2	4	4	3	3	4	3	86
2	3	3	1	2	1	2	2	4	3	2	3	3	2	2	4	3	4	2	1	1	1	1	4	3	3	4	4	70
3	3	4	2	2	1	2	1	3	3	2	3	4	2	1	4	4	4	1	1	2	1	1	4	4	3	4	4	73
4	4	4	1	2	2	2	2	3	3	1	4	4	1	2	4	4	4	2	1	1	2	1	3	3	4	4	4	76
2	4	4	2	2	2	2	1	3	3	4	2	4	2	1	4	3	4	1	2	1	1	2	3	4	3	4	4	74
4	3	4	1	2	2	3	1	3	4	2	4	3	2	2	4	4	3	2	1	2	2	1	3	4	4	3	3	76
3	4	3	1	1	1	2	1	3	4	4	1	3	2	2	3	3	4	1	2	1	1	2	4	4	4	3	4	71
4	4	4	1	2	1	2	3	4	4	3	3	4	1	1	3	3	4	1	1	1	2	1	3	3	3	4	4	74
3	4	4	1	2	2	2	2	4	4	1	4	4	2	1	4	3	3	1	1	1	2	2	4	4	4	3	4	76
4	4	4	3	3	1	2	2	4	4	4	4	1	2	1	3	3	3	1	1	1	1	1	3	3	4	3	4	74
4	3	4	2	1	2	1	2	4	4	4	4	2	2	1	4	4	4	1	2	2	1	2	3	4	4	3	4	78
3	3	4	2	1	1	2	2	4	4	4	4	3	1	1	4	4	4	1	2	2	1	2	4	3	3	4	3	76
3	3	3	2	1	2	2	2	3	4	2	2	4	2	1	4	4	4	2	2	2	2	1	1	3	4	3	4	72
3	4	3	2	2	2	2	1	4	3	3	4	4	1	1	3	4	4	2	2	2	2	2	3	4	4	4	4	79
4	4	3	2	2	2	1	1	3	4	1	4	4	2	1	3	4	4	2	1	1	1	1	4	4	4	3	4	74
3	4	3	2	1	2	1	1	3	3	1	3	3	1	1	3	3	3	2	2	1	2	1	1	2	1	1	4	58
3	4	4	4	2	2	1	2	4	4	3	4	4	2	2	3	4	3	1	2	2	1	2	3	4	4	3	3	80
4	4	3	2	1	1	2	2	2	3	4	3	3	4	2	3	3	1	2	2	1	2	2	4	3	3	3	3	72
4	3	4	4	2	1	2	2	4	3	1	4	4	4	2	3	4	4	1	2	2	1	2	3	3	3	4	4	80
4	4	4	2	1	2	2	1	4	4	4	3	4	4	1	4	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	4	79
4	4	4	4	1	1	1	1	4	4	4	4	3	3	2	4	3	4	3	3	4	4	2	3	4	4	4	4	90
3	4	3	4	2	2	1	2	4	4	4	4	3	1	2	4	4	4	2	2	2	1	4	3	4	1	4	4	82
4	3	4	3	2	2	1	1	4	3	4	2	4	2	1	3	3	1	1	1	2	1	4	4	4	3	4	3	74
3	4	4	4	2	2	2	2	4	3	4	3	3	2	1	4	3	4	2	2	2	2	1	3	4	4	4	3	81

4	2	3	4	2	1	2	2	4	3	3	4	4	2	1	4	4	4	2	1	2	2	4	3	4	4	4	81	
3	2	2	2	1	2	2	2	3	4	4	4	2	2	1	3	4	3	2	1	2	2	2	1	1	2	1	4	64
3	2	3	2	1	1	2	1	4	2	2	2	4	1	1	3	4	4	2	1	1	1	1	2	3	4	4	2	63
4	3	2	2	1	2	1	2	3	3	4	2	3	1	2	3	4	3	1	1	1	2	1	3	4	2	4	3	67
2	3	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	1	1	2	1	2	1	4	3	2	3	2	54
4	2	2	2	2	1	2	1	4	2	3	3	2	2	2	2	3	2	1	1	2	2	1	3	4	2	3	4	64
2	4	4	4	2	1	1	1	3	3	4	2	4	2	1	3	2	4	2	1	1	1	1	1	1	4	3	1	63
4	3	3	3	2	3	2	1	2	3	3	4	3	1	2	4	4	1	2	1	2	1	2	4	2	2	4	2	70
4	4	4	4	1	2	1	2	4	4	4	4	4	2	1	4	3	4	3	1	1	1	2	3	4	2	3	2	78
4	4	4	4	1	3	2	2	4	3	4	3	4	1	2	4	4	4	4	2	2	1	4	4	4	4	3	4	89
4	4	4	4	3	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	4	4	4	4	4	100
4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	99

# IAIN JEMBER

## 5. Uji Normalitas dan Linearitas

### A. Uji Normalitas

#### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		36
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	9.81836395
Most Extreme Differences	Absolute	.119
	Positive	.119
	Negative	-.095
Test Statistic		.119
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>

### B. Uji

#### Linearitas

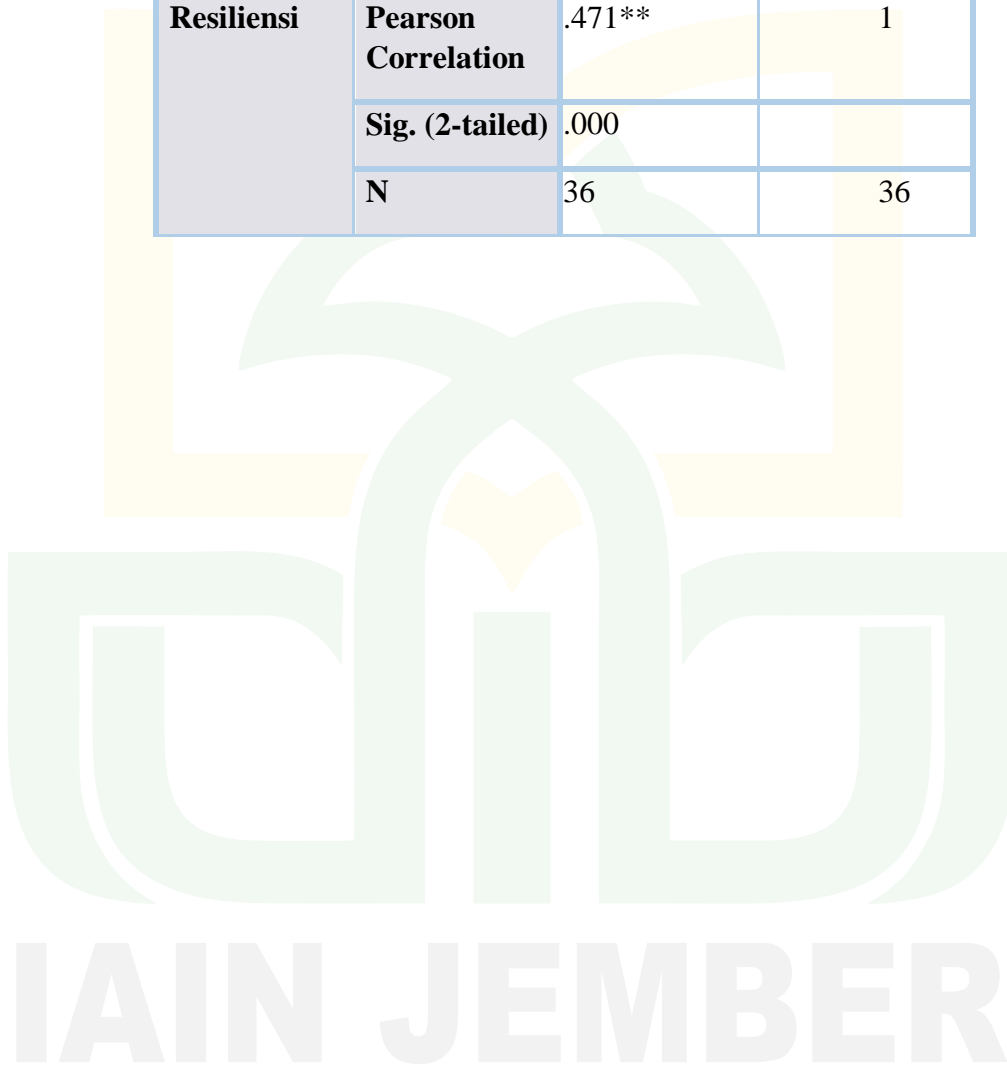
#### ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
resiliensi *	Between Groups	(Combined)	1371.972	17	80.704	.725	.744
		Linearity	2.963	1	2.963	.027	.872
		Deviation from Linearity	1369.009	16	85.563	.768	.700
Within Groups			2005.000	18	111.389		
Total			3376.972	35			

IAIN JEMBER

## 6. Uji Korelasi

		Regulasi Diri	Resiliensi
Regulasi Diri	Pearson Correlation	1	.471**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	36	36
Resiliensi	Pearson Correlation	.471**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	36	36







## BIODATA PENULIS



Nama : Moh. Hadi Fathoni  
NIM : D20163010  
Tempat, Tanggal Lahir : Banyuwangi, 10 Juli 1998  
Fakultas : DAKWAH  
Jurusan/Prodi : Pemberdayaan Masyarakat Islam/ Bimbingan dan  
Konseling Islam  
Alamat RT/RW : 013/003  
Kel/Desa : Kedungasri  
Kecamatan : Tegaldlimo  
Kab/Kota : Banyuwangi

### Riwayat Pendidikan:

2002-2004 : TK Khodijah  
2004-2010 : MI Silahul-Muslimin  
2010-2013 : Mts Silahul-Muslimin  
2013-2016 : MAN GENTENG  
2016 s/d Sekarang : IAIN Jember

# IAIN JEMBER