

**PENGARUH ACADEMIC RESILIENCE DAN MOTIVASI BELAJAR TERHADAP
SELF REGULATION SISWA SEKOLAH DASAR**

Iqlima Wardani¹, Prof. Dr. Hj. Darmiany, M.P², Dr. Ida Ermiana, M.Pd

¹Magister Pendidikan Dasar FKIP Universitas Mataram

²Magister Pendidikan Dasar FKIP Universitas Mataram

³Magister Pendidikan Dasar FKIP Universitas Mataram

[¹iqlimawardani71@guru.sd.belajar.id,](mailto:iqlimawardani71@guru.sd.belajar.id)

[²darmiany@unram.ac.id,](mailto:darmiany@unram.ac.id)

[³ida_ermiana@unram.ac.id,](mailto:ida_ermiana@unram.ac.id)

ABSTRACT

This study aims to examine the influence of academic resilience and motivation on students' self-regulation in elementary school. The study employed a quantitative approach with an ex post facto design. A total of 56 students participated as respondents, and data were collected using a validated and reliable Likert-scale questionnaire. Data were analyzed using multiple linear regression. The results indicate that academic resilience has a significant effect on self-regulation, while motivation does not show a significant effect. Simultaneously, both variables significantly influence self-regulation, although their contribution is relatively low, as indicated by an R Square value of 0.147. These findings suggest that academic resilience plays a crucial role in shaping students' self-regulation, whereas motivation does not contribute meaningfully within the context of this study. The study recommends strengthening students' academic resilience through adaptive learning strategies and supportive learning environments.

Keywords: academic resilience, motivation, self-regulation, elementary students

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh academic resilience dan motivasi terhadap self-regulation siswa sekolah dasar. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain ex post facto. Sebanyak 56 siswa berpartisipasi sebagai responden dan data dikumpulkan melalui angket skala Likert yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan menggunakan regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa academic resilience berpengaruh signifikan terhadap self-regulation, sedangkan motivasi tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan. Secara simultan, kedua variabel berpengaruh signifikan terhadap self-regulation, meskipun kontribusi keduanya

berada pada kategori rendah dengan nilai R Square sebesar 0.147. Temuan ini mengindikasikan bahwa resiliensi akademik merupakan faktor penting dalam meningkatkan kemampuan regulasi diri siswa, sementara motivasi belum memberikan kontribusi yang berarti dalam konteks penelitian ini. Penelitian ini merekomendasikan perlunya penguatan resiliensi akademik melalui pembiasaan strategi belajar yang adaptif serta dukungan lingkungan belajar yang positif

Kata Kunci: academic resilience, motivasi, self-regulation, siswa sekolah dasar

A. Pendahuluan

Proses pendidikan memerlukan kemampuan siswa dalam mengatur diri, memperthankan fokus belajar, mengelola emosi maupun memilih strategi yang sesuai dalam belajar. Namun kemampuan ini masih menjadi masalah di tingkat sekolah dasar. Self regulation yaitu proses ketika siswa secara pribadi mengaktifkan dan mempertahankan aspek kognitif, afektif dan perilaku yang secara sistematis diarahkan untuk mencapai tujuan pribadi (Zimmerman & Schunk, dalam Doo 2023). *Self regulation* bukanlah sebuah keterampilan akademik seperti keterampilan membaca, tetapi self regulation adalah sebuah proses yang dijalankan secara mandiri oleh siswa untuk mengubah kemampuan mental mereka menjadi keterampilan

akademik (White & DiBenedetto, 2015). Berbagai penelitian terbaru menunjukkan bahwa kemampuan self regulation siswa sekolah dasar tergolong rendah. Siswa sering mengalami kesulitan dalam menentukan tujuan belajar, mudah terganggu, kurang konsisten dalam menyelesaikan pekerjaan, dan belum dapat memonitor pemahaman mereka sendiri. (Moos dan Stevens, 2021). Kondisi ini tentunya perlu mendapat perhatian lebih terhadap faktor-faktor yang berkontribusi terhadap perkembangan self regulation.

Salah satu faktor yang berperan penting dalam self regulation yaitu academic resilience. Academic resilience yaitu kemampuan siswa untuk bertahan, beradaptasi dan bangkit ketika menghadapi kesulitan atau kegagalan dalam proses belajar (Hwang, 2022). Academic

resilience dikenal sebagai faktor internal yang berperan penting dalam mendorong keterlibatan belajar, terutama ketika siswa menghadapi tugas yang menantang atau tugas dengan kesulitan yang lebih tinggi. Siswa dengan tingkat academic resilience tinggi lebih mudah mengatur emosi dan menyesuaikan strategi ketika menghadapi hambatan, sehingga mereka bisa tetap terlibat dalam proses belajar tanpa kehilangan kepercayaan diri atau melupakan tujuan hanya karena kendala sementara (Wang, 2025). Penelitian lain menunjukkan bahwa academic resilience berperan dalam kemampuan siswa untuk tetap fokus, mengatur waktu dengan baik, serta menghadapi tekanan akademik yang mempengaruhi kualitas regulasi diri. (Hascher and Waber, 2021). Dengan demikian, academic resilience menjadi salah satu komponen yang berperan dalam meningkatkan kualitas self regulation siswa.

Selain academic resilience, motivasi belajar juga menjadi salah satu factor yang terkait dengan kemampuan siswa dalam mengatur

proses belajar. Motivasi belajar mencakup dorongan internal yang membuat siswa berusaha, berfokus dan memiliki komitmen dalam menyelesaikan tugas akademik (Schunk & Greene, 2022). Siswa dengan motivasi yang tinggi cenderung menunjukkan ketekunan, memilih cara belajar yang efektif, serta menunjukkan keterlibatan yang lebih saat proses belajar, sehingga berdampak terhadap kemampuan regulasi diri atau self regulation (King dan McInerney, 2021). Selain itu motivasi juga berkaitan dengan kemampuan siswa dalam mempertahankan perhatian dan mengatsi distraksi, yang menjadi komponen penting dalam regulasi diri (Elliot dan Hulleman, 2022). Penelitian yang dilakukan oleh She dkk (2023) menyatakan bahwa motivasi akademik berperan sebagai mediator penting dalam keberhasilan strategi self regulated learning pada siswa sekolah dasar dan menengah.

Meskipun banyak penelitian yang membahas keterkaitan mengenai academic resilience, motivasi belajar, serta self regulation, umunya penelitian

tersebut berfokus pada jenjang pendidikan menengah dan universitas. (Hwang, 2022; Panadero, 2023). Penelitian yang secara spesifik menguji kontribusi terkait dengan academic resilience dan motivasi belajar terhadap self regulation pada siswa sekolah dasar masih sangat sedikit, padahal pada fase ini menjadi yang periode yang penting dalam membentuk kebiasaan belajar dan kemandirian akademik. Keterbatasan penelitian tersebut menunjukkan adanya kebutuhan untuk melakukan penelitian lebih lanjut guna memahami bagaimana kedua factor ini berpengaruh secara bersamaan terhadap self regulation siswa di tingkat sekolah dasar.

Berdasarkan permasalahan yang telah dipaparkan, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh academic resilience dan motivasi belajar terhadap self regulation siswa sekolah dasar. Hasil penelitian ini diharapkan akan memberikan kontribusi bagi pengembangan strategi dalam pembelajaran yang mendukung perkembangan self regulation sejak usia sekolah dasar serta

memberikan dasar bagi program pendampingan yang menumbuhkan academic resilience dan motivasi belajar siswa sekolah dasar.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian ex post facto jenis korelasional. Desain ini dipilih karena berfokus pada hubungan dan pengaruh antar variabel tanpa membarikan perlakuan atau treatment pada subjek penelitian. Self regulation sebagai variabel independent. Sumber data dalam penelitian ini adalah siswa kelas tinggi SD negeri 42 Cakranegara yang menjadi responden dan mengisi angket penelitian sesuai kondisi faktual yang mereka alami.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan angket skala likert empat pilihan yang disusun berdasarkan indikator teoritis dari masing-masing variabel. Instrumen akademik resilience disusun berdasarkan indikator kemampuan menghadapi kesulitan, kemampuan mempertahankan usaha, kemampuan mengelola emosi akademik, dan kemampuan bangkit setelah kegagalan sebagaimana diadaptasi

dari Hwang, dkk (2022) serta Hascher dan Waber (2021). Instrumen motivasi belajar memuat indikator ketekunan, orientasi tujuan, keyakinan diri dalam belajar, serta perhatian dan minat belajar yang merujuk pada teori motivasi dari Schunk dan Greene (2022), King dan McInerney (2021), serta Elliot dan Hulleman (2022). Instrumen self rgulation memuat indikator perencanaan belajar, pemantauan proses belajar, pengendalian perhatian, dan evaluasi diri yang mengacu pada model regulasi diri Panadero (2022) dan Moos dan Stevens (2021).

Sebelum digunakan, instrument divalidasi melalui penilaian ahli untuk memastikan kesesuaian isi dengan konstruk teoritis. Uji coba terbatas dilakukan untuk melihat validitas item menggunakan korelasi product moment serta reliabilitas menggunakan koefisien Cronbach's Alpha. Setelah instrument dinyatakan layak, angket diberikan kepada reponden secara langsung di kelas dengan pendampingan guru untuk memastikan instruksi dipahami tanpa memengaruhi jawaban siswa.

Data yang telah terkumpul dianalisis melalui beberapa tahap. Tahap pertama adalah uji prasyarat

analisis, yang meliputi uji normalitas, uji linearitas, uji multikolinearitas dan uji heteroskedastisitas untuk memenuhi asumsi analisis regresi. Setelah asumsi terpenuhi, analisis dilanjutkan dengan regresi linier berganda untuk melihat pengaruh academic resilience dan motivasi belajar baik secara parsial maupun simultan terhadap regulasi diri. Uji t digunakan untuk melihat signifikansi pengaruh masing-masing variable independent, sementara uji F digunakan untuk mengetahui signifikansi pengaruh kedua varibel secara bersama-sama. Koefisien determinasi (R²) dihitung untuk mengetahui besar kontibusi variable independent dalam menjelaskan variasi self regulation. Seluruh analisis dilakukan menggunakan bantuan perangkat lunak SPSS atau program statistik sejenis

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

Tabel 1

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.384 ^a	.147	.115	18.275	.707

a. Predictors: (Constant), Motivasi, Academic_Resilience

b. Dependent Variable: Self_regulation

Tabel 1. Model Summary menyajikan nilai R, R Square, dan Adjusted R Square yang menunjukkan kekuatan hubungan dan besar kontribusi variabel independen terhadap variabel dependen. Nilai R Square sebesar 0.147 menunjukkan bahwa academic resilience dan motivasi secara bersama-sama mampu menjelaskan 14.7% variasi kemampuan self-regulation. Besarnya kontribusi ini menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki peran dalam membentuk perilaku regulasi diri, meskipun sebagian besar variasi masih dijelaskan oleh faktor lain di luar model ini. Nilai Adjusted R Square 0.115 mengindikasikan bahwa model tetap stabil setelah penyesuaian jumlah variabel dan ukuran sampel. Dengan demikian, model regresi yang dihasilkan memiliki kekuatan prediksi yang memadai untuk dianalisis lebih lanjut.

Tabel 2
ANOVA^a

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	3055.860	2	1527.930	4.575	.015 ^b
Residual	17700.140	53	333.965		
Total	20756.000	55			

a. Dependent Variable: Self_regulation

b. Predictors: (Constant), Motivasi, Academic_Resilience

Tabel 2. ANOVA menunjukkan hasil uji F yang digunakan untuk mengetahui apakah academic resilience dan motivasi secara simultan berpengaruh terhadap self-regulation. Hasil analisis menunjukkan nilai F = 4.575 dengan nilai signifikansi 0.015. Nilai signifikansi yang lebih kecil dari 0.05 mengindikasikan bahwa model regresi yang dibangun signifikan secara keseluruhan, sehingga kedua variabel independen secara bersama-sama memiliki pengaruh terhadap self-regulation. Temuan ini menunjukkan bahwa ketika academic resilience dan motivasi dipertimbangkan secara bersamaan, keduanya memberikan kontribusi berarti dalam menjelaskan kemampuan regulasi diri siswa.

Tabel 3

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error				Tolerance	VIF
(Constant)	35.397	25.678		1.378	.174		
1 Academic_Resilience	.409	.140	.370	2.915	.005	.997	1.003
Motivasi	.268	.413	.082	.649	.519	.997	1.003

a. Dependent Variable: Self_regulation

Tabel 3. Coefficients menyajikan hasil uji t untuk melihat pengaruh masing-masing variabel secara parsial dan menampilkan nilai

Tolerance serta VIF yang digunakan untuk mengidentifikasi multikolinearitas. Secara parsial, variabel academic resilience memiliki nilai t sebesar 2.915 dengan signifikansi 0.005, yang menunjukkan bahwa variabel ini berpengaruh signifikan terhadap self-regulation. Hal ini berarti semakin tinggi tingkat resiliensi akademik siswa, semakin baik kemampuan mereka dalam mengatur proses belajar secara mandiri.

Sebaliknya, variabel motivasi memiliki nilai t sebesar 0.649 dengan signifikansi 0.519, yang menunjukkan bahwa motivasi tidak memberikan pengaruh signifikan terhadap self-regulation. Kondisi ini mengindikasikan bahwa motivasi siswa mungkin belum cukup kuat atau konsisten untuk diterjemahkan ke dalam perilaku regulasi diri. Pada bagian multikolinearitas, nilai Tolerance = 0.997 dan VIF = 1.003 untuk kedua variabel bebas menunjukkan bahwa tidak terdapat masalah multikolinearitas. Nilai tersebut berada jauh dalam batas aman, sehingga academic resilience dan motivasi dapat digunakan bersama dalam model regresi tanpa mengganggu validitas analisis.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa academic resilience berperan signifikan dalam membentuk kemampuan self-regulation siswa. Temuan ini mendukung penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa ketangguhan akademik membantu siswa bertahan menghadapi tekanan akademik, mengelola emosi, dan mempertahankan usaha meskipun mengalami hambatan (Hwang, Lee, & Kim, 2022; Hascher & Waber, 2021). Siswa dengan tingkat resiliensi yang tinggi cenderung lebih mampu menetapkan target belajar, memantau kemajuan, serta mengevaluasi strategi belajar mereka. Kondisi ini memperkuat pandangan bahwa resiliensi merupakan fondasi penting bagi perilaku regulasi diri dalam konteks pembelajaran modern.

Di sisi lain, hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi tidak berpengaruh signifikan terhadap self-regulation. Temuan ini tidak sepenuhnya sejalan dengan literatur yang menekankan peran motivasi dalam mengarahkan perilaku belajar teratur dan terkontrol (King & McInerney, 2021; Elliot & Hulleman, 2022). Ketidaksignifikanan ini bisa disebabkan oleh beberapa faktor. Pertama, motivasi siswa mungkin

bersifat fluktuatif atau tidak stabil, sehingga tidak cukup kuat untuk memunculkan perilaku regulasi diri yang konsisten. Kedua, siswa dapat memiliki motivasi tetapi kurang memiliki strategi belajar yang matang, sehingga motivasi belum berdampak langsung pada tindakan pengaturan diri. Ketiga, faktor eksternal seperti dukungan guru, lingkungan belajar, dan beban akademik mungkin lebih berpengaruh terhadap regulasi diri dibanding motivasi internal saja.

Walaupun secara parsial motivasi tidak berpengaruh signifikan, hasil uji simultan menunjukkan bahwa academic resilience dan motivasi secara bersama-sama tetap memberikan pengaruh signifikan terhadap self-regulation. Ini menunjukkan bahwa kedua variabel tetap saling terkait dalam konteks pembelajaran. Model yang terbentuk memperlihatkan bahwa perilaku regulasi diri merupakan hasil interaksi beberapa aspek psikologis yang saling melengkapi, bukan hanya berdiri sendiri. Temuan ini sejalan dengan teori regulasi diri yang dikemukakan Panadero (2022) dan Schunk & Greene (2022) yang menekankan bahwa regulasi diri dipengaruhi oleh interaksi

motivasional, kognitif, dan emosi adaptif.

Nilai R Square sebesar 14.7% menunjukkan bahwa kontribusi kedua variabel berada pada kategori rendah. Hal ini mengindikasikan bahwa self-regulation merupakan konstruk kompleks yang dipengaruhi oleh banyak faktor lain seperti self-efficacy, strategi belajar, dukungan keluarga, interaksi dengan guru, serta pengalaman belajar sebelumnya. Penelitian-penelitian terkini juga menyatakan bahwa self-regulation berkembang melalui pengalaman belajar berulang dan lingkungan pembelajaran yang mendukung, bukan hanya dipengaruhi oleh satu atau dua aspek psikologis (Moos & Stevens, 2021; Panadero et al., 2023).

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan pentingnya resiliensi akademik dalam membangun kemampuan pengaturan diri siswa. Sementara motivasi belum menunjukkan kontribusi signifikan dalam konteks penelitian ini, temuan ini membuka ruang untuk eksplorasi lebih lanjut mengenai peran faktor eksternal maupun faktor psikologis lain yang dapat memediasi atau memoderasi hubungan motivasi dan regulasi diri.

E. Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh academic resilience dan motivasi terhadap self-regulation siswa. Berdasarkan hasil analisis regresi linear berganda, dapat disimpulkan bahwa academic resilience berpengaruh signifikan terhadap self-regulation. Siswa yang memiliki ketangguhan akademik lebih mampu mengatur proses belajar, mempertahankan usaha, serta mengelola tantangan akademik secara mandiri. Sebaliknya, motivasi tidak menunjukkan pengaruh signifikan terhadap self-regulation. Kondisi ini mengindikasikan bahwa motivasi yang dimiliki siswa tidak selalu diterjemahkan ke dalam tindakan pengaturan diri, atau bahwa faktor lain lebih dominan dalam memengaruhi perilaku regulasi diri.

Secara simultan, academic resilience dan motivasi tetap memberikan pengaruh signifikan terhadap self-regulation, meskipun kontribusinya berada pada tingkat yang rendah. Nilai R Square sebesar 14.7% menunjukkan bahwa self-regulation dipengaruhi oleh berbagai faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini, seperti strategi belajar, self-efficacy, dukungan lingkungan,

dan pengalaman belajar sebelumnya. Oleh karena itu, penelitian ini menegaskan bahwa pengembangan regulasi diri siswa memerlukan pendekatan yang komprehensif melalui penguatan resiliensi akademik dan faktor-faktor pendukung lainnya di lingkungan belajar

DAFTAR PUSTAKA

Buku :

White, M.C., DiBenedetto, M.K. (2015). *SELF-REGULATION AND THE COMMON CORE APPLICATION TO ELA STANDARDS*. Routledge : New York and London.

Artikel in Press :

Daniel, S., Wang, C., & Singh, K. (2021). Academic resilience and student engagement during COVID-19. *Educational Psychology*, 41(3), 367–383. <https://doi.org/10.1080/01443410.2020.1860187>

Doo, Min Young., Bonk, C.J., Heo, Hee Ok. (2023). Examinations of the relationships between self-efficacy, self-regulation, teaching, cognitive presences, and learning engagement during COVID-19, 71, 481–504. <https://doi.org/10.1007/s11423-023-10187-3>

Elliot, A. J., & Hulleman, C. S. (2022). Achievement motivation theory: Recent developments. *Educational*

- Psychologist, 57(1), 1–15.
<https://doi.org/10.1080/00461520.2021.1999010>
- Ha, H., Roehrig, A., & Zhang, Z. (2023). Self-regulated learning strategies and academic achievement in South Korean 6th-graders. *Frontiers in Psychology*, 14, Article 10132645.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.10132645>
- Hwang, M., Lee, S., & Kim, H. (2022). Academic resilience as a predictor of students' self-regulated learning. *Journal of School Psychology*, 92, 85–97.
<https://doi.org/10.1016/j.jsp.2022.02.003>
- Imhof, M., Worthington, A., Burger, C., & Bellhäuser, H. (2024). Resilience and self-regulated learning as predictors of competence gain in times of the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Education*, 9, Article 1293736.
<https://doi.org/10.3389/feduc.2024.1293736>
- King, R. B., & McInerney, D. M. (2021). Motivation and engagement in school: Contemporary perspectives. *Educational Psychology Review*, 33(4), 1599–1623.
<https://doi.org/10.1007/s10648-021-09596-4>
- Moos, D. C., & Stevens, E. A. (2021). Technology-enhanced learning environments and self-regulated learning. *Computers & Education*, 165, 104121.
<https://doi.org/10.1016/j.compedu.2020.104121>
- Panadero, E. (2022). A review of self-regulated learning: Six models and four directions for research. *Frontiers in Psychology*, 13, 1007832.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1007832>
- Panadero, E., Broadbent, J., & Fuller, U. (2023). Students' self-regulation in contemporary learning contexts. *Educational Psychology Review*, 35(1), 1–35.
<https://doi.org/10.1007/s10648-022-09715-5>
- Schunk, D. H., & Greene, J. A. (2022). *Handbook of self-regulation of learning and performance* (2nd ed.). Routledge.
<https://doi.org/10.4324/9781315697048>
- She, L., Liang, J., Jiang, X., & Xing, S. (2023). Learning adaptability facilitates self-regulated learning: The chain mediating roles of academic motivation and self-management. *Frontiers in Psychology*, 14, Article 10248395.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.10248395>
- Wang, J., Guo, W., Li, N., Wang, L. (2025). The impact of teacher emotional support on learning engagement among college students mediated by academic self-efficacy and academic resilience. *Scientific Reports*, 15:3670.
<https://doi.org/10.1038/s41598-025-88187-x>