

## **EFIKASI DIRI AKADEMIK DAN OPTIMISME DENGAN RESILIENSI AKADEMIK SISWA YANG BELAJAR DARING DI SMAN 2 CIKARANG UTARA**

**Real Monata**  
Program Studi Psikologi  
Universitas Islam “45”

**Devi Puspitasari**  
Universitas 17 Agustus  
1945 Surabaya  
[devi@untag-sby.ac.id](mailto:devi@untag-sby.ac.id)

**Agustina Ekasari**  
Program Studi Psikologi  
Universitas Islam “45” Bekasi  
[agustina.ekasari@gmail.com](mailto:agustina.ekasari@gmail.com)

### **ARTICLE INFO**

#### **Article History:**

*Received 4 August 2021*

*Revised 5 October 2021*

*Accepted 6 December 2021*

*Published 21 February 2022*

#### **Keywords :**

*Academic Resilience, Academic Self-Efficacy, Optimism, Study Online*

### **ABSTRACT**

*This study aims to determine the relationship between Academic Self-Efficacy and optimism with the academic resilience of the students studying online at SMAN 2 Cikarang Utara. This research will use quantitative method with research design using correlation and regression. The subject in this study were high school student who were studying online, which consisted of three classes, grades 10, 11, 12 totaling 138 student. This study uses a standard scale. The results of Alpha Cronbach formula include, The Academic Resilience Scale-30 with a value  $r=0,907$ , Online Learning Self-Efficacy Scale (OLSES) with a value  $r=0,755$ , and Life Orientation Test Revised (LOT-R) with a value  $r= 0,441$ . Data analysis technique used rank spearman correlation and multiple regression test. The results of the correlation test between academic self-efficacy and academic resilience showed a positive and significant relationship with the value of  $\text{sig}= 0, 000 (< 0,05)$ , while the correlation test between optimism and academic resilience showed a positive and significant relationship with the value of  $\text{sig}= 0, 000 (<0,05)$ . On the results of multiple regression tests between academic self-efficacy and optimism on academi on academic resilience show a significant effect with a value of  $\text{sig}= 0, 000 (<0,05)$ .*

## PENDAHULUAN

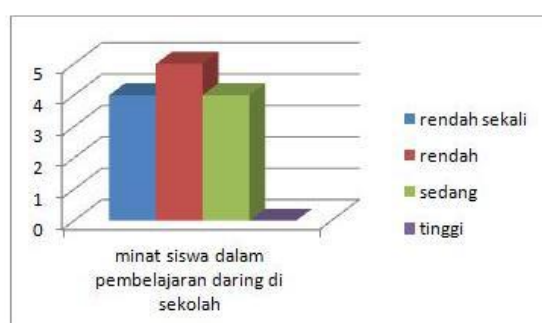
Pada akhir tahun 2019 tepatnya pada bulan Desember, dunia dikejutkan dengan sebuah kejadian yang membuat banyak masyarakat resah yaitu dikenal dengan virus corona (COVID-19). Kejadian tersebut bermula di Tiongkok, Wuhan (Yuliana, 2020). Pada awalnya virus ini diduga akibat paparan pasar grosir makanan laut huanan yang banyak menjual banyak spesies hewan hidup. Penyakit ini dengan cepat menyebar di dalam negeri ke bagian lain China (Dong dkk, 2020). Tanggal 18 Desember hingga 29 Desember 2019, terdapat lima pasien yang dirawat dengan *Acute Respiratory Distress Syndrome (ARDS)* (Ren dkk, 2020). Sejak 31 Desember 2019 hingga 3 Januari 2020 kasus ini meningkat pesat, ditandai dengan dilaporkannya sebanyak 44 kasus (Susilo et al, 2020). Munculnya virus COVID-19 telah menarik perhatian dunia. Pada 30 Januari WHO telah menyatakan COVID-19 sebagai darurat kesehatan masyarakat yang menjadi perhatian internasional (Dong dkk, 2020). Penambahan jumlah kasus COVID-19 berlangsung cukup cepat dan sudah terjadi penyebaran antar negara.

Pada tanggal 12 Maret 2020, organisasi kesehatan dunia atau WHO (*World Health Organization*) menyatakan wabah penyakit akibat virus corona COVID-19 sebagai pandemi global yang harus diselesaikan bersama-sama karena sudah meluas disetiap negara. Dengan karakteristik penyebarannya yang sangat cepat di antara manusia, ditambah dengan mobilitas manusia yang sangat tinggi dan lintas batas negara, menjadikan virus ini menjadi lebih berbahaya.

Pandemi global COVID-19 melahirkan problematika baru bagi negara-bangsa, khususnya mengenai bagaimana upaya negara untuk mencegah dan menghentikan penyebaran virus ini agar tidak semakin meluas. Segala kebijakan dilakukan agar dapat memutus rantai penyebaran virus ini. Seperti pembatasan sosial (*social distancing*) yaitu kita dianjurkan untuk menjaga jarak dan segala protokol kesehatan yang harus diterapkan. Negara-negara harus dapat menyesuaikan dengan keadaan pandemi sekarang. Salah satu yang negara yang sekarang juga mengalami Pandemi ini adalah Indonesia sendiri. COVID-19 pertama dilaporkan di Indonesia pada tanggal 2 Maret 2020 sejumlah dua kasus. Indonesia sendiri sudah mengikuti anjuran dari WHO seperti Social Distancing, hingga bekerja di rumah. Virus COVID-19 memberikan dampak yang luar biasa untuk negara Indonesia, baik di bidang ekonomi, pendidikan, sosial, hingga kesehatan.

Pandemi COVID-19 merupakan musibah yang memilukan seluruh penduduk bumi. Seluruh segmen kehidupan manusia di bumi terganggu, tanpa kecuali dalam bidang pendidikan. Pembelajaran yang semula siswa hadir di dalam kelas diganti dengan pembelajaran dalam jaringan (Daring), yang menuntut pelaku pendidikan untuk beradaptasi dengan cepat dalam situasi seperti ini. Pembelajaran daring menjadi makanan wajib peserta didik dan guru untuk tetap melaksanakan pendidikan di tengah pandemi.

Proses pembelajaran daring di Indonesia sendiri masih banyak yang harus diperbaiki. Berdasarkan [bdkjakarta.kemenag.go.id](http://bdkjakarta.kemenag.go.id) permasalahan dimulai dari siswa yang tidak mempunyai *smartphone*, orang tua yang tidak mampu menambahkan anggaran untuk membeli kuota, jaringan internet yang tidak stabil, ketidaksiapan guru dan siswa dalam pembelajaran daring, dan beberapa sekolah terpencil yang masih gagap dalam pembelajaran daring ini. Berdasarkan data hasil survei [kompasiana.com](http://kompasiana.com) terhadap minat siswa yang sedang mengalami pembelajaran daring di Indonesia pada tahun 2020, ditemukan bahwa rendahnya minat siswa dalam belajar daring karena kendala-kendala seperti yang disebutkan di atas. Hasil survei dapat dilihat pada gambar di bawah ini.



Gambar 1. Minat siswa dalam pembelajaran daring

Berdasarkan hasil survei awal menggunakan wawancara terhadap salah satu guru dan 21 siswa di SMAN 2 Cikarang Utara, Bekasi, didapatkan informasi bahwa pembelajaran daring yang mereka lakukan belum efektif. Terdapat banyak problematika yang terjadi saat pembelajaran daring berlangsung. Dimulai dari fasilitas yang tidak memadai. Siswa mempunyai *smartphone* yang dapat bekerja optimal digunakan untuk pembelajaran daring. Siswa mengeluhkan *smartphone* mereka terkadang bermasalah hingga memori penuh. Hal itu menyebabkan menjadi suatu masalah bagi pengajar maupun siswa saat melakukan pembelajaran daring.

Media yang digunakan siswa dalam pembelajaran daring ini antara lain adalah *Whatsapp*, *Google Classroom*, *Zoom*, dan *Google Meet*. Media tersebut dapat membuat kegiatan belajar mengajar dapat terus berlangsung. Namun pengajar atau guru mengeluhkan fasilitas yang belum memadai yang menjadi salah faktor penting agar terjadinya pembelajaran yang efektif. Pengajar beranggapan bahwa pembelajaran daring tidak mudah dilakukan. Sebab banyak faktor-faktor yang membuat pembelajaran daring ini tidak berjalan dengan efektif. Faktor-faktor lain yang mempengaruhi tidak terjadinya pembelajaran daring yang efektif antara lain: seperti gangguan sinyal, kouta yang tidak memadai, dan *smartphone* yang kurang memadai untuk mendukung kegiatan belajar siswa.

Siswa mengeluhkan selama pembelajaran daring tidak bisa menangkap atau mencermati materi-materi yang diberikan oleh gurunya. Pembelajaran daring membuat siswa merasa stres karena harus mengerjakan tugas-tugas yang terus-

menerus diberikan oleh gurunya, apalagi jika materi yang diberikan sulit dipahami dan dituntut untuk mengumpulkan tugas secepatnya dengan waktu yang singkat.

Kondisi pandemi yang membuat siswa menjalani proses pembelajaran daring dengan segala dinamika kesulitan dan tantangannya, menuntut siswa memiliki kemampuan untuk bisa beradaptasi dengan perubahan tersebut. Salah satu kemampuan tersebut adalah resiliensi akademik. Resiliensi didefinisikan sebagai sebuah kualitas personal seseorang yang memungkinkannya untuk berkembang dalam menghadapi kesulitan dalam hidup dengan kualitas personalnya yang dimilikinya, diharapkan individu yang mengalami kesulitan dalam hidup dapat bangkit dan tidak kalah dengan keadaan (Connor & Davidson, 2003). Sedangkan resiliensi akademik sendiri adalah kemampuan individu untuk meningkatkan keberhasilan dalam pendidikan walaupun dalam situasi sulit (Cassidy, 2016). Resiliensi akademik akan membuat siswa beradaptasi terhadap Pendidikan yang belum pernah mereka lakukan sebelumnya.

Dengan resiliensi akademik, siswa akan bisa menyesuaikan proses pembelajaran yang dilakukan dari rumah. Walaupun banyak rintangan yang dihadapi selama pembelajaran daring ini, siswa diharapkan mampu melewati semua rintangan tersebut. Pandemi Covid-19 ini bukan jadi halangan siswa dalam menjalankan pembelajaran daring ini. Beberapa siswa masih bersemangat dalam menghadapi pembelajaran daring ini demi mengejar cita-cita dan keinginannya.

Resiliensi diri seseorang juga menentukan keberhasilan atau kegagalan dalam kehidupan seseorang (Jackson dan Watkin, 2004: 13). Dengan resiliensi akademik yang tinggi, siswa dapat menambah ketahanan diri serta penyesuaian mereka terhadap pembelajaran daring selama pandemi Covid-19 ini. Resiliensi dibangun dengan beberapa faktor yang terdiri dari regulasi emosi, pengendalian impuls, efikasi diri, optimisme, empati, analisis penyebab masalah, peningkatan aspek positif.

Salah satu faktor yang membuat seseorang menjadi resiliensi pada akademik adalah efikasi diri akademik. Baron dan Byrne (2004) membagi efikasi diri kedalam tiga jenis yaitu efikasi diri sosial, efikasi pengaturan diri, dan efikasi diri akademik. Zimmerman (Bandura, 1997) menjelaskan efikasi diri akademik adalah penilaian individu terhadap kemampuan untuk mengorganisir dan melakukan tindakan untuk mencapai performa akademik yang diinginkan. Efikasi diri akademik yang dimiliki individu itu dapat membuat individu mampu untuk menghadapi berbagai situasi yang ada selama pembelajaran daring berlangsung. Perpaduan antara efikasi diri akademik dan resiliensi akademik akan membentuk siswa menjadi pribadi yang kuat dan sehat dalam berperilaku. Jika efikasi diri dan resiliensi yang tinggi akan mengembangkan teknik pemecahan masalah yang sehat yaitu menuju proses kematangan pribadi (Anggraini, 2017). Menurut Schunk (2012), siswa yang memiliki efikasi diri akademik yang tinggi akan dengan baik mengatur dirinya untuk belajar, ada keyakinan dalam dirinya bahwa akan mampu

menyelesaikan tugas sesulit apapun saat belajar, keyakinan bahwa siswa mampu menyelesaikan berbagai macam tugas serta usaha yang keras untuk menyelesaikan semua tugas (Pamungkas, 2017). Zimmerman menjelaskan bahwa memiliki efikasi diri akademik telah terbukti akan membantu meningkatkan pembelajaran individu yang akhirnya meningkatkan prestasi akademik (Rini, 2015).

Selain efikasi diri akademik, resiliensi akademik juga dipengaruhi oleh adanya optimisme pada diri individu. Seligman (2008) mengatakan optimisme merupakan cara seseorang memandang peristiwa dalam hidup. Suatu pandangan secara menyeluruh, melihat hal yang baik, berpikir positif dan memberikan makna bagi diri (Sari, 2020). Optimisme dapat membangun siswa terhadap tingkat motivasi, prestasi, dan kesejahteraan diri yang lebih tinggi walau dalam keadaan pembelajaran seperti sekarang ini). Resiliensi membantu siswa untuk tahan menghadapi berbagai kesulitan serta bangkit dari stres jika diiringi dengan optimisme akan membuat mereka yakin dapat menyelesaikan tantangan tersebut (Hamidi, 2017). Optimisme dapat membantu individu dalam situasi yang menyulitkan bagi diri dan memiliki ekspektasi yang positif untuk masa depan sehingga pentingnya menjadi optimis dalam meningkatkan resiliensi (Darmayana, 2018).

Dari data survei awal menggunakan wawancara yang diturunkan dari aspek resiliensi akademik didapatkan data bahwa siswa memiliki resiliensi akademik yang cukup baik. Dari 21 siswa terdapat 70% yang memiliki resiliensi yang baik. Dikatakan cukup baik dilihat dari jawaban siswa-siswa. Siswa mulai bisa menyesuaikan pembelajaran daring yang dilakukan dengan cara mengatur jadwal belajar dan jadwal mengerjakan tugas. Beberapa siswa menjelaskan bahwa keyakinannya untuk mengejar cita-cita menjadi salah satu pendorong untuk terus mengikuti pembelajar walau dalam masa pandemi ini. Hal itu berhubungan dengan efikasi diri akademik siswa tersebut. Tidak hanya itu, motivasi siswa datang dari dirinya sendiri dilihat ketika siswa mengatasi kesulitan dalam pembelajaran daring. Siswa mengatasi kesulitannya dengan menanyakan kembali materi yang sulit, bekerja kelompok, bimbil online, mencari materi di google, bertanya kepada keluarga, serta mencari video-video pembelajaran di youtube. Dari penjelasan tersebut dapat dilihat bahwa siswa memiliki sikap optimisme terhadap pembelajaran daring. Penelitian ini untuk mengetahui apakah ada hubungan antara efikasi diri akademik dan optimisme dengan resiliensi akademik siswa yang belajar daring.

## METODE

Populasi dari penelitian ini adalah siswa di SMAN 2 Cikarang Utara yang berjumlah 1.155 orang. Metode yang digunakan adalah *probability sampling*, dengan teknik *cluster random sampling* yaitu populasi dibagi ke dalam satuan-satuan sampling yang besar. Hasil dari perhitungan menggunakan rumus slovin diperoleh sampel yang berjumlah 138 siswa.

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara dan kuesioner yang berisikan pertanyaan terbuka. Instrumen penelitian skala resiliensi akademik, efikasi diri akademik, dan optimisme disusun berdasarkan skala *likert*.

Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji korelasi dan uji regresi. Uji korelasi dilakukan dengan uji korelasi *Rank-Spearman* antara efikasi diri akademik dengan resiliensi akademik dan optimisme dengan resiliensi akademik. Sedangkan uji regresi dilakukan untuk melihat pengaruh antara efikasi diri akademik dan optimisme terhadap resiliensi akademik siswa yang belajar daring di SMAN 2 Cikarang Utara.

## HASIL

Pada uji korelasi *rank spearman* pada variabel Efikasi Diri Akademik dengan Resiliensi Akademik diperoleh nilai  $r_{xy}=0,461$  yang berada dikategori sedang, dengan nilai sig. sebesar 0.000 artinya Efikasi Diri Akademik mempunyai korelasi yang signifikan dengan Resiliensi Akademik. Sedangkan pada variabel Optimisme dengan resiliensi akademik diperoleh nilai  $r_{xy}=0,461$  yang berada dikategori sedang, dengan nilai sig. sebesar 0.000 artinya Optimisme korelasi yang signifikan dengan Resiliensi Akademik.

**Tabel 1. Hasil Uji Hipotesis Variabel Efikasi Diri Akademik dan Resiliensi Akademik**

Variabel	Koefisien korelasi <i>spearman</i>	Sig	Keterangan
Efikasi Diri Akademik dan Resiliensi Akademik	0,461	0,000	Sedang

**Tabel 2. Hasil Uji Hipotesis Variabel Optimisme dan Resiliensi Akademik**

Variabel	Koefisien korelasi <i>spearman</i>	Sig	Keterangan
Optimisme dan Resiliensi Akademik	0,310	0,000	Rendah

Hasil uji regresi ganda yang dilakukan terhadap data hasil penelitian antara efikasi diri akademik dan optimisme terhadap resiliensi mempunyai nilai  $F = 34,704$  dengan taraf signifikansi  $0,000 < 0,05$  yang berarti ada pengaruh. Artinya,



adanya pengaruh efikasi diri akademik dan optimisme terhadap resiliensi akademik pada siswa yang belajar daring.

**Tabel 3. Hasil Uji Regresi Efikasi Diri Akademik dan Optimisme Terhadap Resiliensi Akademik**

Model	Koefisien B	T	Sig
Constans	48,561	14,077	0,000
Efikasi Diri Akademik	0,990	7,704	0,000
Optimisme	-1,128	-2,651	0,000
Uji F		34,704	
R		0,583	
Koefisien Determinasi (R <sup>2</sup> )		0,340	
Adjusted R <sup>2</sup>		0,330	

## PEMBAHASAN

Pengujian hipotesis terhadap efikasi diri akademik dengan resiliensi akademik menggunakan uji korelasi *rank spearman* diperoleh hasil  $\rho = 0,000$  ( $\rho < 0,05$ ) yang berarti adanya hubungan yang positif dan signifikan dengan nilai koefisien korelasi 0,461 yang mengartikan terdapat korelasi sedang antara efikasi diri akademik dengan resiliensi akademik.

Hasil dari penelitian efikasi diri akademik dengan resiliensi akademik terdapat korelasi atau hubungan antara variabel X ke Y. Penelitian ini relevan dengan penelitian Arista & Fauzan (2018) berjudul efikasi diri akademik dan resiliensi pada siswa SMA berasrama di Magelang. Penelitian ini menjelaskan hubungan antara efikasi diri akademik dengan resiliensi, dan mendapatkan hasil terdapat hubungan antara efikasi diri akademik dengan resiliensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa efikasi diri akademik memiliki peran terhadap resiliensi. Penelitian lain dengan subjek yang berbeda yaitu penelitian dari Frensen & Muhammad (2020) yang berjudul efikasi diri akademik dan resiliensi pada mahasiswa. Hasil dari penelitian ini adalah adanya hubungan yang signifikan antara efikasi diri akademik dan resiliensi.

Pada hasil pengujian hipotesis selanjutnya terhadap optimisme diri dengan resiliensi akademik menggunakan uji korelasi *rank spearman* diperoleh hasil  $\rho = 0,000$  ( $\rho < 0,05$ ) yang berarti adanya hubungan yang positif dan signifikan dengan nilai korelasi 0,310 yang mengartikan terdapat korelasi rendah antara optimisme dengan resiliensi akademik.

Hasil dari penelitian yang dilakukan terdapat hubungan antara optimisme dengan resiliensi akademik. Penelitian ini relevan dengan penelitian dari Kamila & Umar (2019) yang berjudul hubungan antara optimisme dan resiliensi pada ibu yang memiliki anak penderita leukemia di rumah cinta kanker Bandung. Hasil penelitian ini menunjukkan korelasi kuat antara optimisme dengan resiliensi.

Pada penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti antara variabel efikasi diri akademik dengan resiliensi akademik mempunyai hubungan dalam kategori sedang dengan nilai koefisien korelasi 0,461. Sedangkan variabel optimisme dengan resiliensi akademik mempunyai hubungan dalam kategori rendah, namun masih berhubungan dengan nilai korelasi 0,310. Jadi, hasil uji hipotesis yang diperoleh antara kedua variabel x ke y mempunyai hubungan antara efikasi diri akademik dan optimisme dengan resiliensi akademik siswa yang belajar daring di SMAN 2 Cikarang Utara.

Hasil penelitian dari uji regresi adalah mencari pengaruh efikasi diri akademik dan optimisme terhadap resiliensi akademik. Berdasarkan hasil uji regresi berganda, diperoleh nilai  $F = 34,704$  dengan taraf signifikansi  $0,000 (< 0,05)$  yang mengandung arti bahwa secara signifikansi variabel bebas yaitu efikasi diri akademik dan optimisme secara bersamaan berpengaruh terhadap resiliensi akademik. Artinya, adanya pengaruh efikasi diri akademik dan optimisme terhadap resiliensi akademik pada siswa yang belajar daring.

## SIMPULAN

Berdasarkan pembahasan dari hasil penelitian uji korelasi antara efikasi diri akademik, optimisme, dan resiliensi akademik siswa yang belajar daring di SMAN 2 Cikarang Utara. Terdapat hubungan yang signifikan dalam kategori sedang antara efikasi diri akademik dengan resiliensi akademik pada siswa yang belajar daring di SMAN 2 Cikarang Utara, artinya ada hubungan yang sedang antara variabel efikasi diri akademik dengan resiliensi. Sedangkan optimisme dengan resiliensi akademik terdapat hubungan yang signifikan dalam kategori rendah, artinya ada hubungan rendah antara variabel optimisme dengan resiliensi akademik. Hasil regresi berganda terdapat pengaruh yang signifikan antara efikasi diri akademik dan optimisme terhadap resiliensi siswa yang belajar daring di SMAN 2 Cikarang Utara.

Beberapa saran yang dapat dijadikan pertimbangan bagi berbagai pihak. *Pertama*, diharapkan bagi pihak sekolah dapat dijadikan suatu informasi betapa pentingnya efikasi diri akademik, optimisme, dan resiliensi pada siswa dalam menjalani pembelajaran daring yang sedang berlangsung. *Kedua*, bagi peneliti lain yang tertarik meneliti tentang resiliensi akademik, penelitian ini bisa dijadikan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya dan diharapkan agar memperhatikan faktor-faktor pendukung lainnya, selain efikasi diri akademik dan optimisme. Hal ini diperlukan karena pada masing-masing individu memiliki masalah yang berbeda. *Ketiga*, untuk penelitian selanjutnya diharapkan dapat menyusun angket dan memiliki data yang lebih akurat agar menghasilkan penelitian yang lebih sempurna.



## DAFTAR PUSTAKA

- Afriyeni, Nelia. Rahayuningsih, Tri. (2020). Konstruksi Resiliensi Akademik untuk Kepuasan Belajar Online Mahasiswa pada Masa Pandemi Covid-19. *PSISULA: Prosiding Berkala Psikologi*. 2(1), 135-147.
- Anggraini, Okha Devi. Dkk. 2 (2017). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Resiliensi Menghadapi Ujian Pada Siswa Kelas XII SMAN 1 Trawas. *Journal Konseling Indonesia*. 2(2), 1-15.
- Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Azwar, Saifuddin. (2012). *Realibilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, Saifuddin. (2014). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, Saifuddin. (2017). *Metode Penelitian Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Bungin. B. (2005) *Metodologi Penelitian Kuantitatif (2<sup>nd</sup> ed)*. Jakarta: Kencana Prendamedia Group
- Choirunnisa, Kamila. Supriatna. Umar Yusuf. (2019). Hubungan antara Optimisme dan Resiliensi pada Ibu yang Memiliki Anak Penderita Leukemia di Rumah Cinta Kanker Bandung. *Prosiding Psikologi*. 5(2), 373-379.
- Darmayana, Arlinda (2018). *Hubungan antara Optimisme dengan Resiliensi pada Orang tua yang Memiliki Anak Retardasi Mental*. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Riau
- Desmita. (2019). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Efendi, Rohmad. (2013). *Self Efficacy: Studi Indigenous pada Guru Bersuku Jawa*. *Journal of Social and Industrial Psychology*. 2(2), 61-67.
- Fitri, Rayhanatul Fitri. Kustanti, Erin Ratna. (2018). Hubungan Antara Efikasi Diri Akademik Dengan Penyesuaian Diri Akademik pada Mahasiswa Rantau dari Indonesia Bagian Timur di Semarang. *Jurnal Empati*. 7(2), 66-77.
- Fujiati, Luluk. (2016). Hubungan Antara *Academic Self-efficacy* Dengan Resiliensi pada Mahasiswa Bidikmisi FIP UNNES Angkatan Tahun 2010-2011. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Semarang. Semarang.
- Hamidi, Reyza. (2017). Hubungan Optimisme dan Resiliensi Pada Mahasiswa yang Menempuh Skirpsi. Fakultas Psikologi. Univeritas Muhammadiyah Malang. Malang.
- Hastono, Susanto. (2007). *Modul Analisis Data*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- Handarini, Oktafia Ika. (2020). Pembelajaran Daring Sebagai Upaya *Study Frome Home* (SFH) Selama Pandemi Covid-19. *Journal Pendidikan Administrasi Perkantoran (JPAP)*. 8(3), 496-503.
- Hardiansyah. Dkk. (2020). Penyusunan Alat ukur Resiliensi Akademik. *Psikostudia*. 9(3), 185-194.

- Hatijah, Suci. (2018). Hubungan Antar Resiliensi Dan Efikasi Diri Dengan Kecemasan Akademik Menghadapi Ujian Nasional Pada Siswa Kelas XII. Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Malang. Malang.
- Latipah. Eva. (2014). *Metode Penelitian Psikologi*. Yogyakarta: Depublish.
- Mahmudi, Moh Hadi. (2014). Efikasi Diri, Dukungan Sosial Dan Penyesuaian Diri Dalam Belajar. *Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 3, No. 02, hal 183 – 194.
- Octaryani, Meggy. Akhmad Haidun. (2017). Ujia Validitas Konstruk Resiliensi. *JP31*, 4(1), 43-52.
- Pamungkas, Sri Wahyuning. Indrawati, Endang Sari. (2017). Hubungan Antara Efikasi Diri Akademik Dengan *Self-Directed Learning* pada Mahasiswa Program Studi PGSD Universitas Terbuka di Wilayah Kabupaten Demak. *Jurnal Empati*. 6(1), 401-406.
- Pradana, Danang. (2013). Pengaruh Efikasi Diri Dan Resiliensi Diri Terhadap Sikap Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3) Di SMK Muda Patria Kalasan. Fakultas Teknik. Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta.
- Putri, Ririn Noviyanti. (2020). Indonesia dalam Mengadapi Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(2), 705-709.
- Rini, Quroyzhin Kartika. Dkk. Hubungan Antara Metakognisi, Efikasi Diri Akademik dan Prestasi Akademik pada Mahasiswa. *Prosiding PESAT*. 6(1), 66-72.
- Roellyana, Shahnaz. (2016). Peranan Optimisme terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengerjakan Skripsi. Fakultas Psikologi. *Prodising Konferensi Nasional Muda PSikologi Indonesia*. 1(1), 29-37.
- Rustika, I Made. (2012). Efikasi Diri: Tinjauan Teori Albert Bandura. *Buletin Psikologi*. 20(1-2), 18-25.
- Salim, Frensen. Fahrurrozi, Muhammad. (2020). Efikasi Diri Akademik dan Resiliensi Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*. 16(2), 175-187.
- Sari, Nurvita. Mariana, Rina. (2020). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Optimisme Pada Perantau Minang *Survivor* Kerusakan Wamena. *Psyche 165 Journal*. 13(2), 183-189.
- Sholichah, Ima Fitri. Dkk. (2018). *Self-esteem* dan Resiliensi Akademik Mahasiswa. *Proceeding National Conference Psikologi*. 1(2),191-197.
- Sidabalok, Ruth Novianti. Dkk. (2019). Optimisme dan *Self Esteem* pada Pelajar Sekolah Menengah Atas. *Philianthrophy Journal of Psychology*. 3(1), 1-74.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Alfabeta: Bandung
- Suseno, Miftahun. (2013). Efektivitas Pembentukan Karakter Spiritual Untuk Meningkatkan Optimisme Terhadap Masa Depan Anak Yatim Piatu. *Jurnal Intervensi Psikologi*, Vol. 5 No. 1. Hal : 1-24.
- Utami, Cicilia Tanti. Helmi, Avin Fadilla. (2017). *Self-Efficacy* dan Resiliensi: Sebuah Tinjauan Meta-Analisis. *Buletin Psikologi*. 25(1), 54-65.

- 
- Wahyuni, Ineng. (2018). Pengaruh Efikasi diri Terhadap Resiliensi Diri pada Guru Sekolah Dasar Swasta Di Jakarta Timur. Fakultas Pendidikan Psikologi. Universitas Negeri Jakarta. Jakarta.
- Wardhana, Yogatama Wisnu. (2018). Pengaruh *Sense of Humor* Terhadap Resiliensi Akademik Mahasiswa Akhir Masa Studi Sarjana di Universitas Airlangga. Skripsi Thesis, Universitas Airlangga.
- Wibowo, Ucha Febrianchi. (2018). Resiliensi Akademik Mahasiswa yang Sedang Menempuh Skripsi. Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Malang. Malang.