

The Influence of Self-Regulated Learning and Academic Bouyancy on School Adjustment of Students at The An-Nur Islamic Boarding School Tanggulangin

Faridatul Amailiyah¹, Ghozali Rusyid Affandi²

¹Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

²Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Co- Author: ghozali@umsida.ac.id - 085655506994

Info Artikel

- **Masuk** : tgl/bln/thn
- **Revisi** : tgl/bln/thn
- **Diterima** : tgl/bln/thn

Abstract : School adjustment is a phenomenon that is often found in schools with a boarding school basis. It is assumed that the factor that influences students' school adjustment is self-regulated learning and another factor is their academic buoyancy. The purpose of this study was to determine the effect of self-regulated learning and academic buoyancy on school adjustment among students at the An-nur Islamic boarding school. The participants in this study were all students at the An-Nur Islamic boarding school, totaling 195 students. The data collection technique uses 3 psychological scales, namely academic buoyancy with a value of $(\alpha) = 0.523$, self-regulated learning with a value of $(\alpha) = 0.815$ and school adjustment with a value of $(\alpha) = 0.918$. The data analysis technique uses multiple linear regression analysis techniques with the help of SPSS26.0 for windows. The results of the study show that self-regulated learning and academic buoyancy positively influence school adjustment for students at the An-nur Islamic boarding school. the influence exerted by academic bouyancy and self-regulated learning on school adjustment is only 39%, while 61% of other factors are not found in this study.

Keywords: Academic Buoyancy; Self-Regulated Learning; School Adjustment; Student.

PENDAHULUAN

Santri adalah sebutan bagi seseorang yang mengikuti pendidikan Ilmu Agama Islam di suatu tempat yang dinamakan pesantren (Mustakim, 2019). Menurut kamus bahasa Indonesia, kata santri mempunyai 2 pengertian yaitu; 1) Orang yang beribadah dengan sungguh-sungguh: orang saleh, 2) Orang yang mendalami pengajiannya dalam agama islam dengan berguru ketempat yang jauh (Fadhullah, 2018). Pesantren atau sekolah ber-asrama merupakan lembaga pendidikan yang bertujuan agar siswa di lingkungan sekolah memiliki waktu belajar yang lebih panjang, lebih fokus dan mandiri, sehingga memungkinkan siswa lebih siap menghadapi berbagai tantangan serta memiliki kesempatan belajar yang lebih baik dan didukung dengan baik oleh guru dan teman sebayanya (Pfeiffer et al., 2016).

Kehidupan di pesantren sangat berbeda dengan kehidupan sekolah pada umumnya, sehingga santri harus mampu beradaptasi dengan baik untuk bertahan dan menyelesaikan pendidikannya (Martin, 2014). Santri dituntut untuk mengatasi perubahan dalam dirinya, dimana santri harus dapat mempelajari tindakan atau sikap baru untuk berubah sesuai dengan harapan lingkungan yang telah ditentukan dan menghadapi segala keadaan yang bertolak belakang dengan dirinya sehingga tercapai tujuan sekolah, hubungan dengan orang lain dan lingkungan sekitar (Sa'idah, 2017).

Santri ditantang untuk menyesuaikan diri dimana tempat individu itu berdiri, dengan kata lain hal penting yang perlu di perhatikan oleh setiap santri adalah penyesuaian dirinya dalam menjalani aktivitas di sekolah selama proses pembelajaran berlangsung (Cho et al., 2014). Permasalahan yang di hadapi individu dalam penyesuaian diri memiliki banyak bentuk, salah satunya adalah penyesuaian diri di lingkungan sekolah (*school adjustment*).

School adjustment di definisikan sebagai suatu usaha atau proses yang dilakukan oleh seorang siswa atau siswi di lingkungan sekolah yang bertujuan untuk menciptakan hubungan yang harmonis antara lingkungan sekolah dengan siswa tersebut untuk mencapai hasil belajar yang optimal (Endang et al., 2021). *School adjustment* merupakan suatu proses bagaimana santri mampu mencapai keseimbangan diri dalam memenuhi kebutuhannya sesuai dengan tuntutan lingkungan di sekolah, sehingga santri bisa hidup dan bergaul secara baik dalam lingkungan sekolah dan merasa puas terhadap dirinya dan terhadap lingkungan tersebut. Santri yang tidak dapat menyesuaikan diri dengan peraturan dan segala kegiatan di sekolah berasrama dengan baik akan memunculkan perilaku maladaptif atau melanggar disiplin sekolah. Individu yang mengalami kegagalan dalam *school adjustment* yang positif dapat mengakibatkan individu tersebut memunculkan sikap dan perilaku yang salah seperti perilaku tidak terarah (nakal), emosional, tidak realistis, membabi buta dalam bertindak, dsb (Randi, 2021).

Berdasarkan hasil wawancara pada beberapa ustadz dan ustadzah pengurus pondok pesantren yang menyatakan bahwa tingkat penyesuaian diri sekolah di pondok pesantren tergolong rendah terutama untuk santri yang masih berada di tingkat awal. Menurut ungkapan salah satu ustadzah asrama disana, biasanya dihari-hari awal masuk pesantren, mayoritas santri hanya menangis dan tidak mau bersosialisasi dengan teman-teman yang baru baik saat di asrama ataupun ketika di sekolah. Untuk santri yang berada di kelas 2 dan 3 bentuk maladaptive yang ditunjukkan ketika mengalami kegagalan *school adjustment* biasanya melakukan bolos sekolah dengan alasan sakit atau tidur di dalam kelas. Hasil penelitian sebelumnya mengatakan bahwa setiap tahunnya 5-10% dari santri baru di Pondok Pesantren Assala Surakarta mengalami masalah dalam melakukan proses penyesuaian di lingkungan sekolah, seperti tidak mampu mengikuti pelajaran, serta melakukan berbagai tindakan yang melanggar tata tertib pondok pesantren (Hannani & Ajisukmo, 2021). Dalam penelitian lain

55,1% remaja yang berada di lingkungan pesantren mengalami perilaku maladaptive akibat stress dalam menghadapi penyesuaian diri di lingkungan sekolah berasrama (Fitriani et al., 2020).

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *school adjustment* pada santri, salah satunya yakni *self-regulated learning* yang di miliki. *Self-regulated learning* adalah kemampuan seseorang dalam mengatur dirinya untuk menjadi aktif secara metakognisi, motivasi, dan perilaku (behavior) di dalam proses belajar untuk mencapai tujuan belajar yang optimal (Efendi et al., 2020). Secara sederhana *self-regulated learning* didefinisikan sebagai upaya yang dilakukan oleh individu secara sengaja untuk mencapai tujuan dengan mengelola pikiran, perasaan dan perilakunya dalam belajar. Menurut Boekrats (2000) *Self-regulated learning* terdiri dari tiga tahapan yang berbentuk siklus, tahapan tersebut melibatkan aspek kognitif, perasaan dan perilaku. Tiga tahapan tersebut meliputi: 1) tahapan kognitif atau pikiran dimana individu mampu melakukan *task analysis* untuk mengoptimalakan tindakan yang akan dilakukan serta *self-motivational belief* yakni keyakinan individu akan kemampuannya; 2) tahapan perilaku atau *performance* dimana individu mampu mengontrol diri dengan situasi dan kondisi lingkungan yang dihadapi; 3) tahap *self-reflection* ketika individu mengevaluasi perilaku yang signifikan untuk memperoleh hasil yang diharapkan lingkungan sesuai dengan reaksi kognitif dan emosi yang di harapkan (Saraswati, 2018).

Hal tersebut sejalan dengan penelitian Rozali (2022) yang menjelaskan bahwa 49% mahasiswa yang memiliki *self-regulated learning* yang baik juga memiliki kemampuan *school adjustment* yang baik pula (Rozali, 2022). Dan didalam penelitian lain menjelaskan bahwa terdapat pengaruh positif *self-regulated learning* terhadap penyesuaian akademik pada siswa SMK di Jakarta selama pembelajaran. Pengaruh *self-regulated learning* terhadap penyesuaian akademik sebesar 11,4% sedangkan sisanya yaitu 88,6% dipengaruhi oleh variabel atau faktor lain (Maranressy & Rozali, 2021).

Dalam penjelasan singkat diatas dikatakan bahwa *self-regulated learning* mempengaruhi secara positif penyesuaian akademik dan permasalahan yang terjadi selama proses pembentukan penyesuaian diri di sekolah. Meskipun *self-regulated learning* menjadi faktor yang penting dalam pencapaian akademik, bukan berarti *self-regulated learning* tidak mempengaruhi *school adjustment* sama sekali. Sebenarnya, *self-regulated learning* memiliki potensi untuk berdampak positif pada *school adjustment* individu. *School adjustment* merujuk pada sejauh mana siswa dapat beradaptasi dengan tuntutan lingkungan sekolah, termasuk dalam hal keterlibatan akademik, hubungan dengan guru dan teman sebaya, partisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler, dan kesejahteraan emosional.

Selain *self-regulated learning*, *academic buoyancy* juga mempengaruhi tingkat *school adjustment* seseorang. *Academic buoyancy* merupakan suatu konsep pertahanan yang sesuai dengan kondisi yang dialami oleh santri saat ini, dimana tuntutan, tantangan dan kemunduran akademis merupakan bagian dari keseharian santri di sekolah (Rohinsa Sitompul, 2021). *Academic buoyancy* didefinisikan sebagai kemampuan santri untuk sukses dalam mengatasi rintangan dan tantangan yang tipikal dengan kondisi sehari hari di sekolah (misalnya dalam menghadapi nilai yang rendah, menyelesaikan tugas, mengatasi tekanan ulangan dan tugas yang sulit) (Martin & Marsh, 2008b). *Academic buoyancy* berperan penting dalam hasil akademik dan penyesuaian diri santri di sekolah. *Academic buoyancy* adalah prediktor kuat dalam penyesuaian diri di sekolah daripada beberapa faktor penentu lainnya seperti dukungan, motivasi, dan keterlibatan sekolah adaptif. Dengan kata lain *academic buoyancy* dapat bermanfaat bagi berbagai pengalaman akademik santri baik dalam pembelajaran maupun adaptasi dengan lingkungan sekolahnya (Bostwick et al., 2022).

Secara sederhana *academic buoyancy* dikatakan menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi *school adjustment* karena *academic buoyancy* sendiri merupakan konsep merancang strategi secara sederhana, mengontrol dan memonitor situasi dalam proses belajar. Jika individu memiliki *academic buoyancy* yang baik maka individu tersebut juga memiliki tingkat *school adjustment* yang baik pula. Sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa rata-rata mahasiswa mampu dalam mengontrol dan memonitor dirinya dalam proses belajar. karena mahasiswa mampu dalam mengatasi berbagai kesulitan yang menghambat perkembangan dirinya dalam proses pembelajaran disekolah (Saufi et al., 2022) Sehingga hal tersebut menjadi tujuan peneliti untuk mengetahui adakah pengaruh regulasi diri pembelajaran (*self-regulated learning*) dan *academic buoyancy* terhadap penyesuaian diri di lingkungan sekolah (*school adjustment*) pada santri pondok pesantren An-nur Tanggulangin, baik secara bersamaan atau mayor ($X1, X2 \rightarrow Y$) ataupun secara terpisah atau minor ($X1 \rightarrow Y$ dan $X2 \rightarrow Y$).

METODE

Penelitian ini tergolong ke dalam penelitian kuantitatif. Desain penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* yang hanya membutuhkan satu kali pengambilan data. Variabel yang di gunakan oleh peneliti berjumlah 2 variabel bebas (X) dan 1 variabel terikat (Y), yaitu *self-regulated learning* (X1), *academic bouyancy* (X2) dan *school adjustmen* (variabel terikat atau Y). Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan regresi linier berganda dengan bantuan SPSS 26.0. Tujuan dari analisis ini yaitu untuk menguji peranan *self-regulated learning* dan *academic bouyancy* terhadap *school adjustment* pada santri pondok pesantren An-Nur Tanggulangin Sidoarjo.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh santri yang ada di pondok pesantren An-Nur yang berjumlah 195 santri, Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *non-probability sampling*, yaitu subjek yang dipilih adalah subjek yang berkaitan dengan topik penelitian. Teknik *non-probability sampling* yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan sampling jenuh yaitu teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel (Sari, 2019).

Instrument Penelitian

Teknik pengumpulan data menggunakan 3 skala psikologi yakni *school adjustment*, *self-regulated learning* dan *academic bouyancy*.

Skala *School adjustment* yang di adaptasi dari penelitian Soo Jung (2018) Skala ini memiliki 30 item yang mewakili 4 aspek *School adjustment* yakni Penyesuaian diri terhadap guru (contoh: Saya selalu senang hati menyapa ustadz /ustadzah saya.), Penyesuaian diri terhadap mata pelajaran (contoh: Saya berpartisipasi aktif dalam tugas-tugas di kelas.), Penyesuaian diri terhdap teman sebaya (contoh: Saya sering bergaul dengan teman-teman saya di sekolah dan di asrama) dan Penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah (contoh: Saya merasa nyaman ketika saya pergi ke pesantren.) (Joe & Doh, 2018). Skala ini memiliki rentang 1 hingga 5 poin jawaban dengan 1 = sangat tidak setuju 2 = tidak setuju 3 = agak setuju 4 = setuju dan 5 = sangat setuju. Hasil analisis item menunjukkan bahwa terdapat 27 item valid dengan *cronbach alpha* (α) = 0,874 menjadi 0,918.

Sedangkan skala *self-regulated learning* menggunakan skala adaptasi Short Self-Regulation Questionnaire (SSRQ) oleh Carey, Neal dan Collins (2004) berjumlah 22 item yang mengacu teori yang dikembangkan dari self-regulation questionnaire oleh Miller dan Brown (1991). Pada teori nya Carey menyatakan, bahwa *self-regulated learning* terdiri dari 5

aspek yakni *goal attainment* (contoh: Saya menetapkan tujuan untuk diri saya sendiri dan memantau kemajuan saya), *mindfulness* (contoh: Saya cepat menyerah), *adjustment* (contoh: Saya belajar dari kesalahan saya), *proactiveness* (contoh: Saya biasanya dapat menemukan beberapa alternative pemecahan masalah ketika saya ingin mengubah sesuatu). Skala ini memiliki rentang pilihan 1 hingga 4 poin dengan 1 = tidak setuju 2 = agak setuju 3 = setuju 4 = sangat setuju. Hasil analisis item menunjukkan 16 item valid dengan *cronbach alpha* (α) = 0,725 menjadi 0,815.

Dan untuk skala *academic bouyanci*, peneliti menggunakan alat ukur adaptasi dari teori Martin and Marsh (2003). Terdapat 4 dimensi *academic buoyancy* yakni *confidence* (contoh: Cara yang saya gunakan efektif dalam mengatasi hal-hal yang mengganggu aktivitas akademik di sekolah), *control* (contoh: Saya tidak membiarkan tekanan dari sekolah mempengaruhi diri saya), *composure* (contoh: Saya mampu mengatasi tekanan dari tugas-tugas sekolah), dan *commitment* (contoh: Saya tidak akan membiarkan nilai yang buruk, mempengaruhi kepercayaan diri saya) (Chasanah et al., 2019).

Prosedur Penelitian

Sebelum membagikan kuisioner peneliti terlebih dahulu meminta izin kepada pengurus yayasan/pesantren untuk melakukan penelitian di pondok an-nur Tanggulangin. Setelah itu peneliti membagikan kuisionernya kepada seluruh santri. Sebelum mereka mengisi kuisioner peneliti terlebih dahulu menjelaskan bagaimana cara pengisiannya. Setelah itu, para santri mengerjakan kuisioner tersebut secara bersamaan. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan regresi linier bergandadengan bantuan *SPSS 26.0*. Tujuan dari analisis ini yaitu untuk menguji adanya pengaruh *self-regulated learning* dan *academic buoyancy* terhadap penyesuaian diri di lingkungan sekolah (*school adjustment*) pada santri pondok pesantren An-nur Tanggulangin Sidoarjo.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1
Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardize d Residual
N		195
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	14.46780677
Most Extreme Differences	Absolute	.098
	Positive	.038
	Negative	-.098
Test Statistic		.098
Asymp. Sig. (2-tailed)		.000

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

Berdasarkan dari data tabel 1 *Kolmogorof-smirnov* dapat diketahui nilai signifikansi yaitu 0,000 berarti nilai tersebut kurang dari 0,05 ($0,000 < 0,05$) dan dapat dikatakan bahwa data distribusi tersebut tidak normal. Berdasarkan dari pernyataan tersebut maka dapat diartikan bahwa variable tersebut memiliki distribusi tidak normal.

Tabel 2
Uji Linearitas

Uji Asumsi	Statistic Test Linierity	Sig	keterangan
<i>Academic Bouyancy – School Adjustment</i>	30.679	0.000	Linear
<i>Self-Regulated Learning – School Adjustment</i>	4.350	0.039	Linear

Dalam tabel 2 diketahui bahwa nilai signifikansi *linearity school adjustment* dan *academic bouyancy* dengan nilai sebesar 0,000 kurang dari 0,05 ($0,000 < 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa variabel tersebut linier. Diketahui bahwa nilai signifikansi *linearity school adjustment* dan *self-regulated learning* dengan nilai sebesar 0,039 kurang dari 0,05 ($0,000 < 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa variabel tersebut linier.

Tabel 3
Uji Korelasi

Uji korelasi	<i>Spearman’s rho Correlation</i>	Sig	keterangan
<i>Academic Bouyancy – School Adjustment</i>	0.396	0.000	Berkorelasi
<i>Self-Regulater Learning – School Adjustment</i>	0.128	0.075	Tidak Berkorelasi

Hasil analisis berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa nilai koefisien korelasi $r_{x1y} = 0,396$ dengan nilai signifikansinya 0,000 ($p < 0.05$). Maka dapat diartikan adanya hubungan positif yang signifikan antara *academic bouyancy* dengan *school adjustment*. Jadi semakin tinggi *academic bouyancy* maka akan semakin tinggi juga *school adjustment* yang dimiliki oleh santri, sebaliknya semakin rendah *academic bouyancy* maka akan semakin rendah juga *school adjustment* yang dimiliki. Nilai dari koefisien korelasi $r_{x2y} = 0,128$ dengan nilai signifikansinya 0,075 ($p > 0.05$). Maka dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan positif yang tidak signifikan antara *self-regulated learning* dengan *school adjustment*. Jadi semakin tinggi *self-regulated learning* tidak menjadi faktor utama semakin tinggi nya *school adjustment* yang dimiliki oleh santri.

Tabel 4
Uji Regresi

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	7272.551	2	3636.276	17.193	.000 ^b

Residual	40607.582	192	211.498
Total	47880.133	194	

a. Dependent Variable: School Adjustment

b. Predictors: (Constant), Self-Regulated Learning, Academic Bouyancy

Hasil analisis berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa nilai $F = 17,193$ dengan signifikansi sebesar 0.000 ($p < 0.05$) artinya ada hubungan signifikan antara *academic bouyancy* dan *self-regulated learning* dengan *school adjustment* pada santri Pondok Pesantren An-Nur Tanggulangin.

Tabel 5

Sumbangan Efektif

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.390 ^a	.152	.143	14.543

a. Predictors: (Constant), Self-Regulated Learning, Academic Bouyancy

b. Dependent Variable: School Adjustment

Berdasarkan hasil tabel 5 diketahui nilai *R Square* adalah $0.390 \times 100\%$ hasilnya 39% . maka diketahui pengaruh *academic bouyancy* dan *self-regulated learning* terhadap *school adjustment* sebesar 39% sedangkan 61% dipengaruhi oleh variabel lain.

Tabel 6

Kategori Skor Subjek

Kategori	Skor Subjek					
	<i>Academic Bouyancy</i>		<i>Self-Regulated Learning</i>		<i>School Adjustment</i>	
	Σ Santri	%	Σ Santri	%	Σ Santri	%
Sangat rendah	16	8%	18	9%	11	6%
Rendah	35	18%	41	21%	57	29%
Sedang	86	44%	78	40%	44	22%
Tinggi	58	30%	56	29%	72	37%
Sangat tinggi	0	0%	2	1%	11	6%
Jumlah	195	100 %	195	100 %	195	100 %

Berdasarkan tabel 6 kategorisasi skor subjek menunjukkan bahwa 195 subjek penelitian, 16 santri memiliki *academic bouyancy* dalam kategori sangat rendah dengan presentase sebesar 8% , 35 santri memiliki *academic bouyancy* dalam kategori rendah dengan presentase sebesar 18% , 86 santri memiliki *academic bouyancy* dalam kategori sedang dengan presentase sebesar 44% , 58 santri berada dalam kategori tinggi dengan presentase 30% dan tidak ada santri yang memiliki kategori sangat tinggi dalam memiliki *academic bouyancy*.

Santri Pondok Pesantren An-Nur Tanggulangin memiliki sebanyak 18 santri yang memiliki *self-regulated learning* dalam kategori sangat rendah dengan presentase 9% , sebanyak 41 santri dalam kategori rendah dengan presentase sebesar 21% , sebanyak 78 santri dalam kategori sedang dengan presentase 40% , sebanyak 56 santri dengan kategori tinggi

dengan prosentase 29% dan 2 santri yang memiliki kategori sangat tinggi dengan prosentase sebanyak 1%.

Santri Pondok Pesantren An-Nur Tanggulangin memiliki sebanyak 11 santri yang memiliki *school adjustment* dalam kategori sangat rendah dengan prosentase 6%, sebanyak 57 santri dalam kategori rendah dengan prosentase sebesar 29%, sebanyak 44 santri dalam kategori sedang dengan prosentase 22%, sebanyak 72 santri dengan kategori tinggi dengan prosentase 37% dan 11 santri yang memiliki kategori sangat tinggi dengan prosentase sebanyak 6%.

Pembahasan

Berdasarkan perolehan hasil diketahui jika terdapat kaitan positif antara *academic buoyancy* dengan *school adjustment*. Kaitan antara *academic buoyancy* dan *school adjustment* terletak pada kemampuan siswa untuk mengatasi tantangan akademik dan beradaptasi dengan baik di lingkungan sekolah. Siswa yang memiliki *academic buoyancy* yang tinggi cenderung lebih baik dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah dan berhasil berinteraksi dengan teman sekelas dan guru.

Dengan *academic buoyancy* yang kuat, siswa akan cenderung memiliki sikap positif terhadap tantangan akademik dan tidak mudah putus asa ketika menghadapi kesulitan dalam belajar. Hal ini dapat membantu mereka mengatasi stres dan tekanan belajar, sehingga mereka dapat lebih fokus pada proses pembelajaran dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan sekolah. Hasil tersebut sesuai dengan Penelitian oleh (Azarian, 2020) juga sejalan dengan penelitian ini, yang menyatakan bahwa *academic buoyancy* (ketahanan akademik) efektif dalam meningkatkan penyesuaian akademik siswa ($p < 0/001$). Selain itu, penelitian (Ershadi, 2017) juga menunjukkan bahwa *academic buoyancy* dapat meningkatkan penyesuaian siswa di sekolah. Demikian pula, (van Rooij et al., 2018) juga mendukung hasil dari penelitian ini, bahwa *academic buoyancy* memiliki hubungan positif yang signifikan dengan penyesuaian siswa. Begitu juga, penelitian yang dilakukan oleh (Yu, 2019) menyimpulkan bahwa *academic buoyancy* berhubungan positif dan signifikan dengan penyesuaian siswa berdasarkan keterlibatan siswa dalam kegiatan akademik.

Pernyataan selanjutnya yang diperoleh yaitu hubungan *self-regulated learning* berkaitan tidak signifikan dengan *school adjustment*. Hubungan positif antara *self-regulated learning* dengan *school adjustment*. Meskipun hubungannya positif, namun tidak signifikan secara statistik. Ini berarti bahwa korelasi antara *self-regulated learning* dan *school adjustment* tidak cukup kuat secara statistik untuk menyatakan hubungannya secara pasti, tetapi masih ada kecenderungan bahwa siswa yang memiliki tingkat *self-regulated learning* yang lebih tinggi cenderung memiliki penyesuaian yang lebih baik di sekolah. Santri di Pondok Pesantren An-Nur yang dinilai telah memiliki kemandirian dalam mengkondisikan dirinya untuk siap belajar terlebih yang memiliki motivasi belajar tinggi akan dengan mudah menyesuaikan diri dengan kondisi lingkungan belajar yang dalam konteks ini adalah pondok pesantren. Hasil ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Jacobson, 2010) menemukan bahwa upaya dalam mengatur waktu dan menciptakan lingkungan belajar yang kondusif akan mempermudah siswa untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik, yang pada akhirnya akan berdampak pada prestasi akademik di sekolah. Selain itu penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Jacobson, 2010) juga menunjukkan hal serupa, yaitu bahwa siswa yang berusaha memahami pelajaran dengan cara menghafal, mengatur, dan mentransformasikan materi di kelas dengan melakukan pengulangan, elaborasi, dan organisasi akan menunjukkan performa akademik yang baik.

Berdasarkan hasil uji Anova diperoleh bahwa terdapat hubungan yang signifikan artinya ada hubungan signifikan antara *academic buoyancy* dan *self-regulated learning* dengan *school adjustment* pada santri Pondok Pesantren An-Nur Tanggulangin. Hubungan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *academic buoyancy* dan *self-regulated learning* yang dimiliki siswa, semakin baik pula penyesuaian mereka di lingkungan sekolah. *Academic buoyancy* berkaitan dengan bagaimana santri menghadapi tuntutan akademik yang berat dan cenderung mengalami hambatan. Ketika siswa memiliki tingkat *academic buoyancy* yang tinggi, mereka memiliki kemampuan untuk menghadapi tantangan dan kesulitan akademik dengan optimisme, harapan, dan ketahanan (*resilience*) yang tinggi. Akibatnya, mereka mampu mengatasi stres dan tekanan akademik dengan lebih baik, yang dapat membantu mereka menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah dengan lebih lancar. *Self-regulated learning* mengacu pada kemampuan siswa untuk mengatur dan mengontrol proses belajar mereka sendiri. Santri yang memiliki tingkat *self-regulated learning* tinggi cenderung aktif dalam mengatur waktu belajar, mengatur lingkungan belajar yang kondusif, dan menggunakan berbagai strategi belajar yang efektif. Kemampuan ini membantu santri mengelola waktu dan belajar secara efisien, sehingga mereka dapat mencapai hasil belajar yang lebih baik. Tingkat *self-regulated learning* yang tinggi juga berkontribusi pada penyesuaian sekolah yang baik karena santri merasa lebih percaya diri dalam menghadapi tugas-tugas akademik dan mampu menghadapinya dengan lebih baik.

Dalam penelitian ini, ditemukan bahwa santri yang memiliki tingkat *academic buoyancy* dan *self-regulated learning* yang tinggi cenderung memiliki tingkat *school adjustment* yang lebih baik. Artinya, mereka mampu beradaptasi dengan baik dalam lingkungan Pondok Pesantren, menanggapi tantangan akademik dengan optimisme dan ketahanan, serta mampu mengatur dan mengontrol proses belajar mereka sendiri dengan efisien. Hal ini menyebabkan mereka mencapai prestasi akademik yang lebih baik dan merasa lebih nyaman dan sukses dalam lingkungan Pondok Pesantren. Hasil tersebut sesuai dengan penelitian oleh (Rooij, 2017) dalam penelitiannya terhadap mahasiswa tahun pertama di perguruan tinggi. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa siswa yang memiliki kemampuan dalam mengatur pikiran, perasaan, dan perilakunya dalam belajar (*self-regulated learning*) cenderung memiliki penyesuaian akademik yang baik di sekolah, dan akibatnya mereka mencapai prestasi akademik yang baik.

Diperoleh hasil bahwa pengaruh yang diberikan oleh *academic buoyancy* dan *self-regulated learning* terhadap *school adjustment* hanya sebesar 39% sedangkan 61% faktor lainnya tidak ditemukan dalam penelitian ini. Faktor lain yang dapat berpengaruh terhadap *school adjustment* karna kondisi keluarga, ekonomi dan pola asuh keluarga di waktu sebelum santri memasuki pondok pesantren. Santri yang tidak memiliki kehangatan dalam keluarga akan sangat berpengaruh terhadap kemampuan dalam beradaptasi, santri akan cenderung sulit bergaul. Kondisi ekonomi juga sangat berpengaruh, jika dirasa terdapat kesenjangan sosial maka seorang anak akan dengan sendirinya memilih kelompok dan tidak mudah beradaptasi. Faktor asuh orangtua juga merupakan salah satu aspek yang berpengaruh, pola asuh yang tidak mengantarkan anak menjadi percaya diri, mandiri dan mampu bersosialisasi dengan baik akan cenderung menyebabkan anak memiliki kemampuan adaptasi yang rendah.

PENUTUP

Berdasarkan seluruh uraian pembahasan dalam penelitian ini maka dapat disimpulkan bahwa terdapat kaitan positif antara *academic buoyancy* dengan *school adjustment*. Selanjutnya yaitu adanya hubungan tidak signifikan *self-regulated learning* dengan *school adjustment*. Adanya hubungan yang signifikan *academic buoyancy* dan *self-regulated*

learning dengan *school adjustment* pada santri Pondok Pesantren An-Nur Tanggulangin. Diperoleh hasil bahwa pengaruh yang diberikan oleh *academic bouyancy* dan *self-regulated learning* terhadap *school adjustment* hanya sebesar 39% sedangkan 61% faktor lainnya tidak ditemukan dalam penelitian ini. Faktor lain yang dapat berpengaruh terhadap *school adjustment* karna kondisi keluarga, ekonomi dan pola asuh keluarga di waktu sebelum santri memasuki pondok pesantren. Hasil penelitian ini diharapkan bisa memberi kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya dibidang psikologi pendidikan. Untuk peneliti selanjutnya di harapkan dapat menggunakan ide penelitian ini sebagai bentuk penelitian yang kebaruan dengan menggunakan variable yang berbeda atau dengan menggunakan subjek penelitian yang berbeda dari penelitian yang digunakan peneliti saat ini.

REFERENSI

- Azarian, R. , M. H. , & J. M. (2020). Comparison the effectiveness of academic buoyancy and emotion regulation training on academic meaning and academic adjustment. . *Jiera*, 14, 483–494.
- Bostwick, K. C. P., Martin, A. J., Collie, R. J., Burns, E. C., Hare, N., Cox, S., Flesken, A., & McCarthy, I. (2022). Academic Buoyancy in High School: A Cross-Lagged Multilevel Modeling Approach Exploring Reciprocal Effects With Perceived School Support, Motivation, and Engagement. *Journal of Educational Psychology*, 114(8), 1931–1949. <https://doi.org/10.1037/edu0000753>
- Chasanah, D. U., Rejeki, A., & Amelasasih, P. (2019). Peranan Self Regulated Learning dalam Mempengaruhi Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Teknik Informatika Dan Teknik Elektro Universitas Muhammadiyah Gresik Yang Bekerja. *Psikosains*, 14(2), 102–114.
- Cho, E., Lee, D., Lee, J. H., Bae, B. H., & Jeong, S. M. (2014). Meaning in Life and School Adjustment: Testing the Mediating Effects of Problem-focused Coping and Self-acceptance. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 114, 777–781. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.12.784>
- Efendi, D. H., Sandayanti, V., & Hutasuhut, A. F. (2020). Hubungan Efikasi Diri Dengan Regulasi Diri Dalam Belajar Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. *ANFUSINA: Journal of Psychology*, 3(1), 21–32. <https://doi.org/10.24042/ajp.v3i1.6046>
- Endang, W. N., Hendriana, H., & Ningrum, D. S. A. (2021). Gambaran Penyesuaian Diri Siswa Kelas X Ipa 3 Sma Negeri 25 Garut. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 4(1), 32. <https://doi.org/10.22460/fokus.v4i1.5822>
- Ershadi, C. S. (2017). Iranian journal of educational Sociology. *Iranian Journal of Educational Sociology*, 1(5), 29–36. <https://iase-idje.ir/article-1-825-en.pdf>
- Fadhullah. (2018). *Peran pondok pesantren bumi karomah al-qodariyyah dalam pembinaan kader da'idi kecamatan waykhillau kabupaten pesawaran* (Vol. 7). <http://repository.radenintan.ac.id/id/eprint/3426>
- Fitriani, L., Perdani, Z. P., & Riyantini, Y. (2020). Hubungan Tingkat Stres Remaja dengan Kemampuan Beradaptasi di Pondok Pesantren Kota Tangerang. *Jurnal Kesehatan Pertiwi*, 2(1), 125–128.
- Hannani, U., & Ajisukmo, C. (2021). The Relationship of Self Regulated Learning with Academic Adjustment of Seventh Grade Santri of Pondok Pesantren. *TAZKIYA: Journal of Psychology*, 9(2), 107–121. <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v9i2.17196>
- Maranressy, Y. A. A., & Rozali, Y. A. (2021). Pengaruh self-regulated learning terhadap

- penyesuaian akademik siswa smk di jakarta selama pembelajaran online.
Psychomunity: Seminar Nasional Psikologi Esa Unggul, 1(9), 78–90.
<https://prosiding.esaunggul.ac.id/index.php/SEMNASPSIKOLOGI/article/view/208>
- Martin, A. J. (2014). *Boarding School, Academic Motivation and Engagement, and Psychological Well-Being: A Large-Scale Investigation*. 1007–1049.
<https://doi.org/10.3102/0002831214532164.0>
- Mustakim, I. (2019). *Gambaran penyesuaian diri pada santri baru pondok pesantren uswatun hasanah* (pp. 4–16).
<http://repositori.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/23194/131301019.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Pfeiffer, J. P., Piquart, M., & Krick, K. (2016). Social Relationships, Prosocial Behaviour, and Perceived Social Support in Students From Boarding Schools. *Canadian Journal of School Psychology*, 31(4), 279–289. <https://doi.org/10.1177/0829573516630303>
- Randi, P. okto. (2021). *Penyesuaian Diri Siswa Sekolah Berasrama (Studi DeskriptifKomparatif Terhadap Siswa SMAN 1 Sumatera Barat)*. 1(February), 6.
- Rohinsa Sitompul, M. (2021). Reliabilitas dan Validitas Konstruk Academic Buoyancy di Indonesia. *Humanitas*, 5(3), 389–397.
- Rozali, Y. asmi dan elfajri yashirly. (2022). *Self-Regulated Learning*. 9, 25–43.
https://doi.org/10.1007/978-3-030-85524-6_3
- Sa'idah, S. (2017). Dukungan sosial dan self-efficacy dengan penyesuaian diri pada santri tingkat pertama di pondok pesantren. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 7(2), 116.
<https://doi.org/10.26740/jppt.v7n2.p116-122>
- Saraswati, P. (2018). *BUKU PANDUAN ASESMEN PSIKOLOGIS*. SMA SALAHUDDIN.
- Sari, E. Y. (2019). Pengaruh penggunaan media pembelajaran buku pop-up terhadap hasil belajar siswa kelas iv sdn 2 bendungan kecamatan gondang kabupaten tulungagung. *Edustream : Jurnal Pendidikan Dasar*, 3(2), 16–22.
- Saufi, M., Budiono, A. N., & Mutakin, F. (2022). Korelasi Self Regulated Learning Dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 5(1), 67–75. <http://ejurnal.ujj.ac.id/index.php/CONS%0AKORELASI>
- van Rooij, E. C. M., Jansen, E. P. W. A., & van de Grift, W. J. C. M. (2018). First-year university students' academic success: the importance of academic adjustment. *European Journal of Psychology of Education*, 33(4), 749–767.
<https://doi.org/10.1007/s10212-017-0347-8>