

HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY* DENGAN *ACADEMIC BUOYANCY* PADA MAHASISWA

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF EFFICACY AND ACADEMIC BUOYANCY IN COLLEGE STUDENTS

Resti Arizka¹, Nikmah Sofia Afiati²

¹²Universitas Mercu Buana Yogyakarta

200810603@student.mercubuana-yogya.ac.id

081775163944

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self efficacy* dengan *academic buoyancy* pada mahasiswa. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan positif antara *self efficacy* dengan *academic buoyancy* pada mahasiswa. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 193 mahasiswa. Metode pengumpulan data menggunakan skala *academic buoyancy* dan skala *self efficacy*. Teknik analisis yang digunakan adalah korelasi *product moment*. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh nilai signifikansi $r_{xy} = 0.745$ dengan 0.146 ($p > 0.050$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *self efficacy* dengan *academic buoyancy*.

Pada uji koefisien determinan R squared (R^2) diperoleh sebesar 0.555 yang berarti variabel *self efficacy* memberikan kontribusi sebesar 55.5% terhadap variabel *academic buoyancy* dan sisanya 44.5% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti.

Kata Kunci: *Academic Buoyancy, Self Efficacy, Mahasiswa*

Abstract

This study aims to determine the relationship between self efficacy and academic buoyancy in college students. The hypothesis proposed is that there is a positive relationship between self efficacy and academic buoyancy in college students. The subjects in this study amounted to 193 students. The data collection method uses the academic buoyancy scale and the self efficacy scale. The analysis technique used is product moment correlation. Based on the results of data analysis obtained a significance value of $r_{xy} = 0.745$ with $p = 0.146$ ($p > 0.050$). These results indicate that there is a positive relationship between self efficacy and academic buoyancy. In the coefficient of determination test, R squared (R^2) was obtained at 0.555 , which means that the self efficacy variable contributed 55.5% to the academic buoyancy variable and the remaining 44.5% was influenced by other factors not examined by the researcher.

Keywords: *Academic Buoyancy, Self Efficacy, Students*

PENDAHULUAN

Pendidikan dianggap sebagai kebutuhan esensial bagi seluruh warga negara. Undang-Undang Dasar 1945 menetapkan tanggungjawab untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia Indonesia dengan cara mencerdaskan kehidupan bangsa. Pendidikan sebagai suatu usaha yang sadar untuk mengembangkan potensi manusia dan masyarakat, didasarkan pada prinsip-prinsip pemikiran tertentu. Dengan kata lain, upaya untuk meningkatkan kualitas manusia melalui pendidikan memiliki dasar pada pandangan hidup atau filsafat hidup, serta dipengaruhi oleh latar belakang sosio-kultural masyarakat dan pemikiran-pemikiran psikologis tertentu (Siswoyo, 2013). Pendidikan diharapkan mampu membantu mahasiswa mencapai kesuksesan di masa depan, mencakup aspek akademis, finansial, sosial, dan spiritual (Bension, 2021).

Mahasiswa dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) diartikan sebagai siswa yang belajar diperguruan tinggi. Menurut Gapur, 2015 (dalam Ismawati, dkk, 2023) mahasiswa adalah seseorang yang secara resmi terdaftar sebagai mahasiswa di institusi pendidikan tinggi, dengan rentang usia sekitar 18 hingga 30 tahun. Mahasiswa yang berusia 18-40 tahun berada pada masa dewasa awal, yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan reproduksi. Pada tahap ini, mereka mengalami perubahan identitas,

perkembangan kognitif, dan menghadapi beban tugas-tugas akademik. Semua hal tersebut mempengaruhi keseimbangan antara kehidupan pribadi dan pendidikan tinggi (Hurlock, 1990).

Tuntutan terhadap mahasiswa tidak terbatas pada pencapaian akademis semata, melainkan juga mencakup kemampuan untuk berperan aktif dan mengembangkan diri di bidang non-akademik yang sesuai dengan minat dan potensi mereka (Pangaribuan, 2019).

Permasalahan yang dialami mahasiswa lebih kompleks dibandingkan dengan siswa pada umumnya. Mahasiswa menghadapi tuntutan kemandirian belajar di perguruan tinggi, baik akademik maupun non-akademik. Namun, mereka sering mengalami kesulitan dalam mencari literatur, mengatur waktu, berinteraksi, dan mengelola diri (Indri et al., 2021). Kesulitan ini semakin terasa karena materi pembelajaran di perguruan tinggi mencakup lebih luas dan lebih dalam dibandingkan dengan yang diajarkan di sekolah, sehingga menuntut mahasiswa untuk lebih mandiri dalam memahami dan menguasai berbagai konsep (Fajhriani et al., 2021).

Mahasiswa sering kali mengalami tekanan akademis yang lebih tinggi daripada pelajar. Mereka harus mengatur tugas, ujian, organisasi, dan juga pekerjaan sampingan. Tekanan akademis merupakan sumber utama stres bagi mahasiswa, diikuti oleh

tekanan untuk sukses dan ketidakpastian setelah lulus (Beiter et al., 2015).

Selain itu, masalah lainnya yang dialami oleh mahasiswa adalah stres yang berkaitan dengan tuntutan akademik. Stres akademik mahasiswa yaitu seperti kegiatan perkuliahan yang menimbulkan gejala seperti takut nilai jelek, takut akan banyaknya tuntutan belajar dan kurang semangat belajar (Ahmad,2020). Untuk menghadapi tekanan dan ketegangan yang timbul akibat peristiwa kecil yang rutin terjadi dalam kehidupan kampus, konsep *academic buoyancy* menjadi penting. *Academic buoyancy* membantu mahasiswa dalam mengatasi stres dan ketegangan yang dapat muncul sebagai akibat dari tuntutan akademik sehari-hari. Pendekatan ini membantu mahasiswa untuk tetap positif, adaptif, dan dapat mengatasi tantangan akademik dengan lebih baik. (Bension,2021).

Academic buoyancy adalah suatu kemampuan untuk berhasil dalam menghadapi kemunduran dan tantangan yang merupakan karakteristik kehidupan akademik sehari-hari (misalnya, nilai buruk, tenggat waktu kompetitif, tekanan ujian, dan tugas yang sulit) (Martin dan Marsh,2008). Martin, Colmar, Davey dan Marsh (2010) *Academic buaoyancy* merujuk pada kemampuan siswa untuk berhasil mengatasi kemunduran dan tantangan yang umumnya muncul dalam konteks kehidupan akademik. Martin (2013) mendefinisikan *academic*

buoyancy sebagai kemampuan untuk mengatasi kegagalan, tantangan dan kesulitan yang merupakan bagian dari kehidupan akademik sehari-hari. Maka dapat disimpulkan bahwa *Academic buoyancy* adalah kemampuan individu untuk mengatasi kemunduran, tantangan, dan kesulitan yang sering terjadi dalam kehidupan akademik sehari-hari.

Menurut Martin et al. (2010) *Academic buaoyancy* merujuk pada kemampuan siswa untuk berhasil mengatasi kemunduran dan tantangan yang umumnya muncul dalam konteks kehidupan akademik.

Martin et al. (2010) mengemukakan konsep *academic buoyancy* didasarkan pada model "5C", model 5C mengidentifikasi lima aspek utama yang mendukung *academic buoyancy* yang meliputi: *Confidence* yaitu keyakinan siswa akan kemampuannya untuk menyelesaikan tugas-tugas akademik yang sulit, membantu siswa untuk terus termotivasi meskipun menghadapi kegagalan. *Coordination* yaitu kemampuan untuk merencanakan strategi yang efektif dalam mengatur beban kerja akademis, termasuk manajemen waktu dan penentuan prioritas. *Commitment* yaitu konsistensi dalam mencapai tujuan akademik meskipun ada rintangan. Hal ini mencerminkan dedikasi siswa untuk tetap fokus pada hasil jangka panjang. *Composure* yaitu kemampuan untuk mempertahankan sikap tenang dan mengelola stres dengan baik, terutama dalam situasi yang penuh

tekanan seperti ujian atau tugas penting, dan *Control* yaitu tingkat kendali yang dirasakan siswa atas hasil akademik mereka, di mana mereka percaya bahwa upaya mereka dapat memengaruhi hasil tersebut.

Melalui wawancara dengan 10 responden mahasiswa pada tanggal 12-13 April 2023 di Universitas Mercu Buana Yogyakarta, diketahui bahwa 7 dari 10 mahasiswa memiliki tingkat *academic buoyancy* yang dapat dikatakan rendah. Mereka mengungkapkan sering merasa kurang percaya diri dalam menghadapi tugas dan materi perkuliahan, bahkan meragukan kemampuan akademisnya sendiri. Beberapa mahasiswa juga mengalami kesulitan dalam mengatur waktu secara efektif, sering menunda pekerjaan, dan kesulitan membagi waktu antara tugas akademik dan kegiatan lainnya. Selain itu, mereka cenderung kehilangan semangat dalam menyelesaikan tugas, mudah merasa lelah atau bosan, serta sulit mempertahankan motivasi dalam belajar.

Tingkat kecemasan yang tinggi juga biasa dirasakan oleh mahasiswa, terutama saat menghadapi tugas yang menumpuk dan tenggat waktu yang singkat, yang membuat mereka sulit berkonsentrasi dan sering merasa tertekan. Beberapa mahasiswa juga merasa kurang memiliki kendali atas situasi akademik mereka, seperti kesulitan memahami materi perkuliahan, kebingungan mengenai strategi belajar yang tepat, dan

merasa tidak mampu mengatasi perubahan atau tantangan akademik yang muncul.

Dalam menghadapi berbagai tantangan, siswa dengan *academic buoyancy* yang tinggi mampu mempertahankan sikap positif dan memiliki keterampilan yang kuat untuk mengatasi kesulitan akademis. Bahkan ketika dihadapkan pada kesulitan, mereka memiliki kemampuan untuk mengembalikan atau meningkatkan tingkat prestasi mereka ke level sebelumnya. Oleh karena itu, *academic buoyancy* yang tinggi tidak hanya memberikan dukungan saat menghadapi masalah, tetapi juga memberikan kemampuan adaptasi yang tinggi dalam mengatasi setiap rintangan dalam perjalanan akademis mereka (Putwain,2023).

Menurut Martin & Marsh (2008) *academic buoyancy* dapat dipengaruhi oleh 2 faktor yaitu: Faktor distal (misalnya, SES, orang tua tunggal, etnis), Faktor proksimal (misalnya, faktor psikologis, faktor terkait sekolah). Secara garis besar, faktor proksimal ini dapat dikelompokkan menjadi; (a) faktor psikologis, (b) faktor sekolah dan keterlibatan, dan (c) faktor keluarga dan teman sebaya. Faktor psikologis meliputi *self-efficacy*, *control*, *sense of purpose*, dan motivasi.

Salah satu faktor yang mempengaruhi *academic buoyancy* ialah *self efficacy*. Berdasarkan penelitian Ahmad (2013), orang yang memiliki keyakinan tinggi terhadap kemampuan diri (*self efficacy* tinggi) cenderung menunjukkan usaha dan

ketekunan yang lebih tinggi dalam mencapai tujuan mereka. Sebaliknya, individu dengan *self efficacy* yang rendah lebih mungkin untuk berhenti sebelum menyelesaikan tugas. Pengamatan juga menunjukkan bahwa mereka yang memiliki *self efficacy* rendah kurang berminat dalam menyelesaikan tugas. Dalam konteks *academic buoyancy*, peserta penelitian yang memiliki *self efficacy* tinggi menunjukkan kecenderungan untuk mengambil mata kuliah yang lebih sulit, menunjukkan bahwa *self efficacy* dapat berkontribusi pada kemampuan mereka untuk menghadapi tantangan akademis dengan lebih baik.

Bandurra (1997) *Self efficacy* adalah keyakinan atau rasa percaya diri individu dalam kemampuannya untuk memotivasi diri, memahami secara kognitif, dan mengambil tindakan yang diperlukan untuk mencapai kesuksesan dalam menyelesaikan tugas dalam situasi tertentu. *Self efficacy* suatu keyakinan diri bahwa seseorang dapat menyelesaikan tugas-tugas akademik, khususnya yang membutuhkan pengetahuan yang harus diperoleh selama orang tersebut belajar. (Rahmayati, 2013). *Self efficacy* merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuan dan kapabilitas pribadinya (Reisy,2014).

Self-efficacy dapat diuraikan dalam tiga dimensi atau aspek utama, yakni *magnitude/level* (tingkatan), *strength* (kekuatan), dan *generality* (generalisasi) (Bandurra,1997).

Martin & Marsh (2008) menyatakan bahwa *self efficacy* penting dalam membentuk *academic buoyancy*. Individu dengan *self efficacy* yang tinggi cenderung memiliki kepercayaan diri untuk menghadapi kesulitan akademis, melihat tantangan sebagai peluang belajar, dan mempertahankan motivasi dalam menghadapi rintangan.

Dalam prosesnya, *self efficacy* mempengaruhi *academic buoyancy* melalui beberapa mekanisme. Pertama, *self efficacy* meningkatkan persepsi kontrol individu terhadap situasi yang dihadapi. Ketika mahasiswa memiliki keyakinan yang tinggi terhadap kemampuan yang dimiliki, mereka cenderung lebih optimis dan percaya diri dalam mencari solusi dari permasalahan yang muncul (Collie et al., 2015). Kedua, *self efficacy* mendorong mahasiswa untuk menggunakan strategi manajemen stres yang adaptif, seperti manajemen waktu dan teknik relaksasi. Strategi-strategi tersebut membantu mahasiswa untuk mengatasi tekanan akademik dengan cara yang konstruktif, sehingga mendukung ketangguhan mereka dalam menghadapi berbagai tantangan (Martin & Marsh, 2008). Ketiga, *self efficacy* memperkuat motivasi intrinsik siswa untuk terus mencoba meskipun mengalami kegagalan. Motivasi ini memungkinkan siswa untuk pulih lebih cepat dari kemunduran sehari-hari, sehingga menjaga stabilitas dan keberlanjutan usaha

mereka dalam mencapai tujuan akademik (Putwain et al., 2016).

Berdasarkan uraian diatas, peneliti mengajukan sebuah rumusan permasalahan, apakah terdapat hubungan antara *self efficacy* dengan *academic buoyancy* pada mahasiswa ?

METODE

Penelitian ini termasuk jenis penelitian kuantitatif. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode skala. Skala yang digunakan ialah skala likert, dengan dua kelompok aitem yaitu *favorable* dan *unfavorable*. Sistem penilaiannya berdasarkan pandangan DuBois & Burns (1983), skor jawaban yang mendukung (*favorable*) diberi nilai dari 4 hingga 1, sedangkan jawaban yang tidak mendukung (*unfavourable*) diberi nilai dari 1 hingga 4. Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *academic buoyancy* dan *self efficacy*.

Sebelum dilakukan penelitian, peneliti melakukan uji coba terlebih dahulu untuk mengukur reliabilitas alat ukur. Uji coba diperoleh responden sebanyak 131 orang yang memiliki karakteristik usia 18-25 tahun yang merupakan mahasiswa aktif universitas. Skala *academic buoyancy* berjumlah 42 aitem, sedangkan skala *self efficacy* berjumlah 10 aitem.

Hasil uji coba diperoleh nilai reliabilitas (Cronbach Alpha) sebesar 0,769

pada skala *academic buoyancy*, sedangkan skala *self efficacy* diperoleh nilai reliabilitas (Cronbach Alpha) sebesar 0.869. Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis korelasi product moment yang dikembangkan oleh Pearson.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian yang dilakukan ini melibatkan responden sebanyak 193 subjek dengan rentang usia 18 tahun sampai 25 tahun, sebanyak 92 orang berjenis kelamin laki-laki, dengan persentase (47.7%) dan perempuan berjumlah 101 orang, dengan persentase (52.3%). Mayoritas subjek dalam penelitian ini adalah berjenis kelamin perempuan.

Berdasarkan hasil kategorisasi skala *academic buoyancy*, diketahui bahwa subjek memiliki *academic buoyancy* kategori tinggi dengan jumlah 117 subjek (60.6%). Sisanya, 76 subjek (39.4%) dalam kategorisasi sedang dan tidak ada subjek (0%) dengan kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas subjek berada pada kategori tinggi. Hasil kategorisasi skala *self efficacy* menunjuk bahwa dari 193 subjek, terdapat 157 subjek (81.3%) yang memiliki *self efficacy* pada kategori tinggi, 36 subjek (18.7%) pada kategori sedang dan tidak ada subjek (0%) yang berada pada kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa subjek memiliki *self efficacy* yang tinggi.

Dari hasil uji Kolmogorov-Smirnov ditemukan bahwa kedua variabel memiliki nilai signifikansi (Sig) sebesar 0.146 nilai

sig lebih besar dari 0.05 ($p > 0.05$), menunjukkan bahwa variabel terdistribusi secara normal. Adapun uji linearitas variabel *academic buoyancy* dan *self efficacy* di peroleh nilai F sebesar 219.178 dengan nilai signifikan sebesar 0.000 ($p < 0.05$) hal ini berarti hubungan antara *self efficacy* dengan *academic buoyancy* merupakan hubungan yang linear.

Berdasarkan hasil analisis korelasi *product moment* diperoleh koefisien korelasi $r_{xy} = 0.745$ dengan $p = 0.000$ ($p < 0,050$), hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *self efficacy* dengan *academic buoyancy* pada mahasiswa. Hal tersebut sesuai dengan hipotesis yang diajukan peneliti bahwa semakin tinggi *self efficacy* yang dimiliki mahasiswa maka semakin tinggi pula *academic buoyancy*-nya. Sebaliknya, semakin rendah *self efficacy* yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah pula *academic buoyancy*-nya. Sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima. Diterimanya hipotesis dalam penelitian ini menunjukkan nilai koefisien determinan (R^2) yang memperoleh sumbangan efektif sebesar 0.555 sehingga variabel *self efficacy* memiliki kontribusi 55.5% terhadap *academic buoyancy* dan sisanya 44.5% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Olendo et al., (2019) terdapat korelasi positif antara *self*

efficacy dengan *academic buoyancy*. Berdasarkan penelitian ini, ditemukan bahwa peningkatan *self efficacy* berkontribusi signifikan terhadap peningkatan *academic buoyancy*. Ketika seseorang memiliki *self efficacy* yang tinggi terhadap kemampuan akademisnya, hal itu membantu mereka menghadapi dan mengatasi tantangan serta kesulitan di lingkungan pendidikan. *Self efficacy* memberikan kekuatan dan optimisme dalam menghadapi rintangan, sehingga meningkatkan kemampuan mereka untuk pulih dari situasi yang sulit.

Mahasiswa yang percaya pada kemampuan akademisnya umumnya menunjukkan tingkat *academic buoyancy* yang lebih tinggi. Ditambah lagi penelitian dari Reisy et.al., (2014) menunjukkan bahwa *self efficacy* dapat membantu individu dalam *academic buoyancy* nya. Seorang individu yang semakin percaya pada kemampuannya, maka mereka akan mampu menghadapi permasalahan akademik dengan percaya diri dan meningkatkan *academic buoyancy* yang lebih tinggi. *Self efficacy* mempengaruhi ketekunan dan kurangnya rasa percaya diri menyebabkan seseorang putus asa dalam studinya, seringkali dikaitkan dengan rendahnya *self efficacy* dalam membangun *academic buoyancy* (Rooij dan Janse, (2017).

Berdasarkan hasil ini, dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara *self efficacy* mahasiswa dan

*academic buoyancy*nya. semakin tinggi tingkat *self efficacy* yang dimiliki mahasiswa, maka akan semakin tinggi tingkat *academic buoyancy* yang dimiliki, dan sebaliknya, semakin rendah tingkat *self efficacy*, maka akan semakin rendah pula tingkat *academic buoyancy* mahasiswa.

Keterbatasan dalam penelitian adalah hanya menggunakan metode survei dengan skala Likert untuk mengukur *self-efficacy* dan *academic buoyancy*. Meskipun metode ini efektif dalam mengukur hubungan antar variabel, namun pendekatan kualitatif seperti wawancara mendalam atau observasi langsung dapat memberikan wawasan yang lebih dalam mengenai bagaimana *self-efficacy* mempengaruhi *academic buoyancy* dalam konteks yang nyata. Pengukuran *self-efficacy* dan *academic buoyancy* dalam penelitian ini bergantung pada *self-report*, yang dapat dipengaruhi oleh persepsi subjektif atau keinginan untuk berprestasi lebih baik, sehingga berpotensi menimbulkan bias.

Selain itu, keterbatasan dalam menentukan variabel pengaruh, *self-efficacy* sebagai variabel bebas dan *academic buoyancy* sebagai variabel terikat, padahal faktor lain seperti lingkungan sosial, kondisi fisik dan psikis, serta faktor eksternal lainnya juga dapat memengaruhi *academic buoyancy* dan kesuksesan akademik mahasiswa.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan yang positif dan signifikan antara *self-efficacy* dengan *academic buoyancy* pada mahasiswa, dimana semakin tinggi *self-efficacy* maka semakin tinggi pula *academic buoyancy*. Hasil analisis data menunjukkan bahwa *self-efficacy* memberikan kontribusi sebesar 55,5% terhadap *academic buoyancy*, sedangkan 44,5% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti. Temuan ini mendukung teori yang menyatakan bahwa *self-efficacy* penting dalam membangun kemampuan mahasiswa dalam menghadapi tantangan akademik. Selain itu, mayoritas mahasiswa dalam penelitian ini menunjukkan tingkat *self-efficacy* dan *academic buoyancy* yang tinggi, yang membantu mereka mengatasi tekanan akademis dan mempertahankan motivasi untuk belajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, Alay., Safaria, T. (2013). Effects of Self-Efficacy on Students' Academic Performance. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, Vol. 2, No. 1.
- Aiken, L R. (1983). Number Of Responce Categories And Statistics On A Teacher Rating Scale. *Educational And Psychological Measurement*, 43, 397- 401.

- Anggana, W., Nugraha, S. P., & Rachmahana, R. S. (2022). Self-instruction training untuk meningkatkan derajat academic buoyancy mahasiswa. *Journal of Islamic and Contemporary Psychology (JICOP)*, 2(2).
- Ananda, Rusydi., Fadhli., Muhammad. (2018). *Statistik Pendidikan Teori dan Praktik dalam Pendidikan*. Medan : CV. Widya Puspita.
- Astuti, I., Wicaksono, L., Maryuni, S., & Putri, A. (2022). Identifikasi permasalahan pada mahasiswa Universitas Tanjungpura (Studi penyusunan program layanan bimbingan dan konseling mahasiswa Universitas Tanjungpura). *Jurnal Universitas Tanjungpura*, 10(3).
- Aydn, G., & Michou, A. (2019). Self-determined motivation and academic buoyancy as predictors of achievement in normative settings. *British Journal of Educational Psychology*. <https://doi.org/10.1111/bjep.12338>.
- Bahrodin, A., Muslih, I., & Andreastya, V. H. (2023). Kategorisasi academic buoyancy untuk menanggulangi everyday hassles pada mahasiswa rantau. *Sainsteknopak*, 7.
- Bandura, A. (1997). *Self Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman & Company.
- Beiter, R., Nash, R., McCrady, M., Rhoades, D., Linscomb, M., Clarahan, M., & Sammut, S. (2015). The prevalence and correlates of depression, anxiety, and stress in a sample of college students. *Journal of Affective Disorders*, 173, 90–96.
- Bension, Johan B., Saija,AF., Noiija, S. (2021). Academic Buoyancy Mahasiswa Fakultas Kedokteran Ditinjau Berdasarkan Jalur Masuk Perguruan Tinggi Di Universitas. *Molucca Medica*, Volume 14, Nomor 2.
- B. Hurlock, Elizabeth. (1990). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan dalam Suatu Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Collie, R. J., Martin, A. J., Malmberg, L.-E., Hall, J., & Ginns, P. (2015). Academic buoyancy, students' achievement, and the moderating role of self-efficacy. *Educational Psychology*, 35(7), 915–935.
- Comerford, Jason., Batteson,T.,Tormey,R. (2015). Academic Buoyancy In Second Level Schools: Insights From Ireland. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 197, 98 – 103.
- Corsini, R. J. (1994). *Encyclopedia Of Psychology*. New York: John Wiley & Sons.
- Damian, Leonardo Calvin. (2022). *Hubungan antara Efikasi Diri dengan Adaptabilitas Karir pada Karyawan Surat Kabar X*. Skripsi. Yogyakarta : Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

- Ding, Jie., He, Li. (2022). On the association between Chinese EFL teachers' academic buoyancy, self efficacy, and burnout. *Front.psychol.*13:947434. Doi:10.3389/fpsyg.2022.947434.
- Fajhriani, D. N., Afnibar, & Zuwirda. (2021). Tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa bimbingan konseling Islam FDIK UIN Imam Bonjol Padang. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 12(1).
- Ghosh, Sanjay., A, Khabeer. (2021). Effect Of Academic Buoyancy On Academic Stress. *Jetir*, Volume 8(Issue 10), 1279-1290.
- Hadi, Strisno. (2016). *Metodologi Riset*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Indri Astuti, L. W. (2022). IDENTIFIKASI PERMASALAHAN PADA MAHASISWA UNIVERSITAS TANJUNGPURA (Studi Penyusunan Program Layanan Bimbingan dan Konseling Mahasiswa Universitas Tanjungpura). Vol.10 No. 3, 643-649.
- Ismawati, Meli., Sutja,Akmal., & Sekonda, Fellicia Ayu (2023). Analisis Plagiarisme Skripsi Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Tahun 2016-2017 Universitas Jambi. *Journal on Education*, Volume 05, No. 03, 10679-10689.
- Liu, W. (2024). Academic buoyancy: The necessary ability for teenagers to succeed in school. *International Journal of Education and Humanities*, 14(1), 101–104.
- Komaraju, Meera., Nadler, Dustin. (2013). Self-efficacy and academic achievement: Why do implicit beliefs, goals, and effort regulation matter?. *Elsevier*, 25, 67-72.
- Marsh, A. J. (2008). Academic buoyancy: Towards an understanding of students' everyday academic resilience. *Journal of School Psychology*, 46, 53 – 83.
- Martin, A. J. (2013). Academic buoyancy and academic resilience: Exploring 'everyday' and 'classic' resilience in the face of academic adversity. *School Psychology International*, 34 (5) , 488–500. Doi: 10.1177/0143034312472759.
- Martin, A.J., Colmar, S.H., Davey, L.A., & Marsh, H.W. (2010). Longitudinal modeling of academic buoyancy and motivation: Do the '5Cs' hold up over time?. *British Journal of Educational Psychology*, 80, 473-496. DOI: 10.1348/000709910X486376.
- Martin, Andrew J.,dkk. (2016). Young people's academic buoyancy and adaptability: a cross-cultural comparison of China with North America and the United Kingdom. *Educational Psychology*. doi:DOI:10.1080/01443410.2016.1202904.
- Nurafifah, Fifih., Hartana, G., Primana, L. (2018). Self Efficacy Sebagai

- Mediator Pada Hubungan Gaya Identitas Dengan Academic Buoyancy. *Psymphatic Jurnal ilmiah Psikologi*, Vol. V, No.1, 452 - 461.
- Olendo, Rosemary Akinyi., et al. (2019). Relationship between Self-efficacy and Academic Buoyancy among form three Students in Selected Secondary Schools in Migori County, Kenya. *International Journal of Research and Scientific Innovation (IJRSI)*, Volume VI(Issue X), 161-170.
- Pangaribuan, N. (2019). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Grit pada Mahasiswa Anggota PSM di Universitas "X" Bandung. *Jurnal Humanitas*, 3, 103-114.
- Pratiwi, M., Mardhiyah, S. A., & Iswari, R. D. (2023). Academic buoyancy pada mahasiswa yang menjalankan kuliah secara daring. *Jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan*, 5(2), 143-152.
- Putwain, D. W., Connors, L., & Symes, W. (2012). Do cognitive distortions mediate the test anxiety and examination performance relationship?. *Educational Psychology*, 32(3), 425-439.
- Putwain, D. W., Symes, W., & Wilkinson, H. M. (2016). Fear appeals, engagement, and examination performance: The role of challenge and threat appraisals. *British Journal of Educational Psychology*. <https://doi.org/10.1111/bjep.12136>
- Putwain, DW., Wood, Peter. (2023). Riding The Bumps In Mathematics Learning: Relations Between Academic Buoyancy, Engagement, And Achievement. *Learning and Instruction*, 83. doi:<https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2022.101691>.
- Reisy, Jafar., et al. (2014). Analysis of the Mediating Effect of Academic Buoyancy on the Relationship between Family Communication Pattern and Academic Buoyancy. *Journal of Educational and Management Studies*, 4(1), 64-70.
- Rooij, Van Els C.M., Jansen, Ellen P.W.A. (2017). First-year university students' academic success: the importance of academic adjustment. *Eur J Psychol Educ*. DOI 10.1007/s10212-017-0347-8
- Saffana, N. A. (2023). *Hubungan antara kecerdasan emosional dengan academic buoyancy mahasiswa baru Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang* (Doctoral dissertation. Skripsi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Schultz, D. P., & Schultz, S. E. (2015). *Teori kepribadian (Theories of personality)* (Edisi ke-10). Jakarta: Penerbit EGC.
- Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). Generalized Self-Efficacy scale. In
- J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston, Measures in health psychology: A user's portfolio. Causal and control beliefs (pp. 35-37).

Siswoyo, dkk. (2013). *Ilmu Pendidikan*.
Yogyakarta: UNY Press.

Suhesty, Aulia., Basuki, Z. N. (2022).
Penyesuaian Diri dan Efikasi Diri
Akademik terhadap Academic
Buoyancy. *Jurnal Basicedu*,
5456 - 5466.