

Resiliensi Siswa Selama Proses Pembelajaran Jarak Jauh: Korelasi Self-Regulation di Masa Pandemi Covid-19 di SMA Bangka

Yandi Hafizallah^{1*}, Zulkarnain²

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan pengaruh kemampuan self-regulations terhadap resiliensi siswa selama proses pembelajaran jarak jauh pada masa pandemi Covid-19 di SMA Bangka. Hasil keseluruhan dari perhitungan self regulation dengan persentase nilai kumulatif sebesar 82,36% dengan kategori sangat tinggi. Sedangkan variabel resiliensi siswa Selama proses pembelajaran jarak jauh pada masa pandemi covid 19 di SMA Bangka dengan persentase nilai kumulatif sebesar 76,01% dengan kategori tinggi. Adapun tingkat signifikansi yang didapat melalui dua variabel yang diuji melalui uji korelasi dan regresi memiliki signifikansi sebesar 0,00. Sedangkan hasil dari uji determinasi diketahui bahwa self-regulation memberikan pengaruh terhadap resiliensi siswa selama proses pembelajaran jarak jauh sebesar 61,1%. Sedangkan sisanya (100%-61,1=38,9%) dipengaruhi oleh variabel lain atau variabel yang tidak diteliti

Kata kunci: self-regulation; resiliensi; pembelajaran jarak jauh

History:

Received : 31 Januari 2022

Revised : 03 April 2022

Accepted : 19 Juni 2022

Published : 19 Juni 2022

¹²IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, Indonesia

*Koresponden Penulis: yhafiz83@gmail.com

Publisher: LPM IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, Indonesia

Licensed: This work is licensed under a [Lisensi Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



Pendahuluan

Pada masa pandemi pemerintah resmi memberlakukan pembelajaran jarak jauh (PJJ) pada seluruh tingkat pendidikan yang ada di Indonesia. Hal ini berdasarkan pada Keputusan Bersama yang tertuang dalam SKB 4 Menteri Pasal 14 yang menyatakan tentang penyelenggaraan program satuan pendidikan aman bencana (SKB Empat Menteri, 2020). Pembelajaran Jarak Jauh ini bak pisau bermata dua, disamping memiliki tingkat efisiensi dalam hal akses metode ini juga memiliki dampak negatif bagi siswa. Salah satu dampak negatifnya adalah siswa mengalami stress akademik, hal ini disebabkan oleh menumpuknya tugas dan kurangnya kemampuan manajemen waktu, ditambah lagi siswa juga dituntut untuk dapat mengikuti dan memberikan performa belajar yang baik (Hamdan, 2021).

Pada tahun 2021 berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sudarasni menemukan sebanyak 54.8% siswa yang mengalami stress akademik (Sudarsani, 2018). Bahkan penelitian yang dilakukan oleh Diana Rusmawati menemukan 82.84% siswa yang mengalami stress akademik pada masa pandemic (Purwiantomo dkk, 2021). Banyaknya jumlah siswa yang mengalami stress akademik di masa pandemi ini disebabkan oleh timbulnya rasa cemas dan tertekan dalam menjalani pembelajaran daring (Catherine, 2021). Hal ini disebabkan oleh banyaknya tugas yang diberikan oleh guru, serta singkatnya rentang waktu pengerjaan yang membuat siswa bingung dan pada akhirnya mengabaikan tugas-tugas mereka (Barseli, 2021). Tingkat resiliensi yang dimiliki oleh siswa pada masa pandemi berkontribusi terhadap stress akademik yang dialami oleh siswa (Quintiliani, 2021).

Ketidakmampuan siswa dalam mengelola stress merupakan indikator dari rendahnya resiliensi, tentunya tingkat resiliensi yang rendah ini dipengaruhi oleh rendahnya tingkat *self-regulation*. *Self-regulation* merupakan manajemen perilaku yang berdasarkan pada tiga aspek, yaitu; fase observasi diri, fase proses penilaian, dan fase reaksi diri (Artuch, 2017). Penyebab dari rendahnya *self-regulations* adalah karena rendahnya tingkat pengaturan diri yang meliputi aspek pikiran, perasaan, dan tindakan yang secara sengaja dilakukan oleh siswa untuk menetapkan dan mencapai tujuan yang adaptif (Sautelle, 2015). Secara tidak langsung pada masa pandemi siswa diharapkan memiliki daya tahan dalam menghadapi kecemasan, tentunya hal ini sangat berkaitan dengan tingkat resiliensi siswa. Selain itu dalam menghadapi pembelajaran siswa juga dituntut untuk efektif, sehingga menuntut aspek-aspek dari tingginya tingkat *self-regulation*.

Resiliensi pada dasarnya mengacu pada tingkat adaptasi seorang individu, atau dengan kata lain disebut sebagai kemampuan mempertahankan atau memperoleh kembali kesehatan mental, dikarenakan mengalami situasi-situasi yang tidak menyenangkan (Edwards, 2014). Penelitian ini tentunya sangat berkaitan dengan kondisi yang terjadi saat ini, dimana siswa mengalami kecemasan dalam berbagai hal pada masa pandemi covid-19. Kecemasan pada masa pandemi ini sangat berkaitan dengan faktor-faktor resiliensi, terutama pada faktor sistem lingkungan. Faktor sistem lingkungan merupakan keadaan sosial baik secara *microenviromental* maupun secara *macrosystemic* yang sangat mempengaruhi seorang individu pada masa pandemic covid-19 (Verdolini, 2021). Pada level *macrosystemic* faktor keadaan komunitas seperti sistem pembelajaran di sekolah, pelayanan masyarakat, dan faktor budaya sangat berkontribusi pada tingkat resiliensi siswa. Penelitian ini berfokus pada sistem pembelajaran sekolah, yang dalam hal ini siswa menjalani pembelajaran melalui metode pembelajaran jarak jauh (PJJ). Pembelajaran jarak jauh inilah yang menjadi dasar dari tingginya tingkat stress akademik siswa dikarenakan rendahnya resiliensi siswa pada masa pandemi.

Berdasarkan uraian diatas peneliti menganggap perlu untuk menggali seperti apa dan seberapa signifikan *self-regulation* terhadap resiliensi dalam masa pandemi. *Self-regulation* tentunya menjadi acuan seberapa matang siswa dalam mempersiapkan rencana, menjalankan rencana, serta memonitor apa yang ingin dicapai pada pembelajaran, dan melihat seberapa besar pengaruh *self-regulation* terhadap daya tahan (resiliensi) siswa dalam pembelajaran selama masa pandemi covid-19. Penelitian ini dilakukan di Bangka dengan mempertimbangkan dua aspek; *pertama*, terbatasnya waktu dan biaya, serta pembatasan akibat covid-19. *Kedua*, lokasi penelitian masih menerapkan sistem pembelajaran jarak jauh (PJJ) yang dilaksanakan berdasarkan instruksi dari pemerintah. Berdasarkan dari fakta yang terjadi dilapangan peneliti memilih untuk melakukann pengembangan dan melihat signifikansi pengaruh *self-regulation* terhadap resiliensi siswa selama proses pembelajaran jarak jauh (PJJ) pada masa pandemi covid-19. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui, *Pertama*, apakah ada pengaruh kemampuan *self-regulation* terhadap proses Pembelajaran jarak Jauh (PJJ) pada masa pandemi covid-19 di SMA Bangka, *kedua*, apakah ada pengaruh resiliensi terhadap proses Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) pada masa pandemi covid-19 di SMA Bangka, dan *Ketiga*, seberapa jauh pengaruh *self-regulation* dan resiliensi secara bersamaan terhadap proses Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) di SMA Bangka.

Metode

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian lapangan (field research), yaitu penelitian yang dilakukan dengan terjun langsung keobyek penelitian. Adapun penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Lokasi yang menjadi obyek dalam penelitian ini adalah SMA di Bangka yaitu MAN 1 Pangkalpinang, SMKN 5 Pangkalpinang, SMKN 1 Mendo Barat, dan SMAN 1 Mendo Barat, semua lokasi yang menjadi obyek penelitian melakukan proses Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ). Adapun waktu penelitian dilakukan pada Juni s/d November 2021.

No	SMA	Jumlah Populasi	Jumlah Sampel
1	MAN 1 Pangkalpinang	320 Siswa	$45\% \times 320 = 144$
2	SMK Negeri 5 Pangkalpinang	284 Siswa	$45\% \times 284 = 127$
3	SMK Negeri 1 Mendo Barat	122 Siswa	$45\% \times 122 = 56$
4	SMA Negeri 1 Mendo Barat	342 Siswa	$45\% \times 342 = 153$
	Jumlah	1.068 Siswa	480 Orang

Variabel Penelitian

Variabel merupakan objek yang dijadikan hal yang diselidiki dalam suatu penelitian yang memiliki berbagai variasi di dalamnya. Variabel penelitian haruslah terdefinisi dengan jelas (Jelpa, 2016). Variabel merujuk pada karakteristik atau atribut seorang individu atau organisasi yang dapat diukur atau diobservasi. Adapun variabel dalam penelitian ini terdiri dari dua variabel independent (*independent variables*), dan satu variabel dependen (*dependent variables*). Variabel bebas (*independent variables*) merupakan variabel-variabel yang (mungkin) menyebabkan, mempengaruhi, atau berefek pada outcome (Creswell, 2016).

Definisi Konseptual dan Operasional

Variabel Resiliensi Siswa (Y)

Definisi Konseptual

Resiliensi merupakan suatu hal sebagai kemampuan diri individu untuk bangkit kembali setelah mengalami kesulitan dari aktivitas kehidupan misalnya siswa pada saat pembelajaran jarak jauh, untuk melanjutkan kehidupan dengan harapan akan menjadi lebih baik.

Definisi Operasional

Resiliensi adalah kemampuan diri siswa berupa kecenderungan bertindak yang dialami individu untuk bangkit kembali setelah mengalami kesulitan diperoleh berupa skor dari jawaban siswa tentang resiliensi siswa. Schoon memaparkan Instrumen aspek resiliensi seseorang yaitu faktor protektif dalam bentuk aspek: individu, dan keluarga. instrument disusun dengan empat alternatif jawaban yaitu: Sangat setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).

- 1) Pertanyaan Positif (*favoerable*) : SS = 4, S = 3, TS = 2, STS = 1,
- 2) Pertanyaan negative (*unfavourable*) : SS = 1, S = 2, TS = 3, STS = 4

Tabel. 2
Kisi-kisi Skala Resiliensi

Variabel Penelitian	Indikator	Sub indikator	No. Item	Jumlah
Resiliensi siswa	Faktor Protektif	Individu	1 ⁺ , 2 ⁺ , 3 ⁺ , 4 ⁺ , 5 ⁺	5
		Keluarga	6 ⁻ , 7 ⁺ , 8 ⁺ , 9 ⁺ , 10 ⁺	5

Variabel Self-Regulation (X)

Definisi Konseptual

Self Regulation adalah kemampuan diri untuk merencanakan, melaksanakan, mengarahkan dan memonitor perilaku untuk mencapai suatu tujuan tertentu dengan melibatkan unsur fisik.

Definisi Operasional

Self regulation merupakan pengaturan diri pembelajaran pada siswa yang mengarahkan pada fase tujuan, perencanaan, dan pemahaman. Instrumen *Self regulation* disusun berdasarkan pendapat

Bandura ada tiga hal yang menjadi aspek yaitu: 1) Observasi diri, 2) Proses penilaian), 3) reaksi diri. instrument disusun dengan empat alternatif jawaban yaitu: Sangat setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).

1) Pertanyaan Positif (*favoerable*) : SS = 4, S = 3, TS = 2, STS = 1,

2) Pertanyaan negative (*unfavourable*) : SS = 1, S = 2, TS = 3, STS = 4

Tabel. 3
Kisi-kisi Self-Regulation

Variabel Penelitian	Indikator	Sub indikator	No. Item	Jumlah
Self-regulation	Obesrvasi Diri	a. Pola beraktivitas	1 ⁺ , 2 ⁺ , 3 ⁻ 4 ⁺ , 5 ⁺ , 6 ⁻ 7 ⁺ , 8 ⁺ , 9 ⁺ , 10 ⁻	10
	Proses Penilaian	a. Gagasan b. Pemahaman Konsep	11-, 12+, 13+, 14+, 15-, 16-	6
	Reaksi Diri	a. Perilaku siswa mengerjakan tugas b. Kecenderungan bertindak	17+, 18+, 19+, 20-, 21+, 22+, 23+, 24+, 25+, 26-, 27+, 28+, 29+, 30+, 31+ 32+, 33+, 34+, 35+	10

Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan sebuah kegiatan yang penting dalam kegiatan penelitian. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu:

Kuesioner

Tabel. 4
Alternatif Jawaban Instrumen Item Favorable

No	Jawaban	Gradasi	Skor
1	Sangat Setuju	Sangat Positif	4
2	Setuju	Positif	3
3	Tidak Setuju	Hampir tidak pernah/negatif	2
4	Sangat tidak Setuju	Tidak Pernah	1

Tabel. 5
Alternatif Jawaban Instrumen Item Unfavorable

No	Jawaban	Gradasi	Skor
1	Sangat Setuju	Sangat Positif	1
2	Setuju	Positif	2
3	Tidak Setuju	Hampir tidak pernah/negatif	3
4	Sangat Tidak Setuju	Tidak Pernah	4

Teknik Pengujian Instrumen

Suatu alat pengumpul data yang baik akan dapat dipergunakan untuk mengumpulkan data yang objektif dan mampu menguji hipotesis penelitian. Ada dua syarat pokok untuk suatu alat pengumpul data dapat dikatakan sebagai alat pengumpul data yang baik, yaitu validitas dan reliabilitas.

Validitas Instrumen

Sebuah instrument dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan, dapat mengungkapkan data dari variabel yang diteliti secara tepat. Validitas adalah syarat utama dan wajib bagi semua alat ukur, apabila alat ukur memiliki validitas yang bagus, maka terungkap lah apa yang ingin peneliti ungkapkan, sehingga kekuatan kebenaran penelitian tersebut kuat (Jelpa, 2016). Validitas merupakan derajat ketepatan antara yang terjadi pada objek penelitian dengan daya yang dilaporkan oleh penelitian. Dengan demikian yang valid adalah “data yang tidak berbeda” antara data yang dilaporkan peneliti dengan data yang sesungguhnya terjadi pada objek penelitian (Suharsimi, 2006). Penelitian ini menggunakan uji validitas korelasi berganda, korelasi berganda adalah korelasi yang digunakan untuk menguji hubungan dua atau lebih variabel independen dengan variabel dependen secara bersamaan. Penelitian ini berjudul Pengaruh kemampuan *self regulation* terhadap resiliensi siswa selama proses pembelajaran jarak jauh pada masa pandemi Covid-19. maka:

1. Variabel X : *Self-regulation*
2. Variabel Y : Resiliensi Siswa

Analisis Deskriptif

Suatu alat pengumpul data yang baik akan dapat dipergunakan untuk mengumpulkan data yang objektif dan mampu menguji hipotesis penelitian. Ada dua syarat pokok untuk suatu alat pengumpul data dapat dikatakan sebagai alat pengumpul data yang baik, yaitu validitas dan reliabilitas.

Validitas dan Reliabilitas Instrument

Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan perangkat SPSS versi 20 sebagai alat hitung, dengan menggunakan reliabilitas statistik, jika alpha Cronbach (α) > 0,60 maka dapat dikatakan variabel penelitian tersebut variabel.

Teknik Pengolahan dan Analisis data

Metode Analisis Deskriptif Presentase

Statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya, tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi (Sugiyono, 2013). Salah satu bentuk statistik deskriptif adalah perhitungan persentase, analisis deskriptif presentase digunakan untuk menghitung tingkat presentase skor jawaban masing-masing responden yang diambil dengan rumus sebagai berikut (Sugiyono, 2015):

$$P = \frac{n}{N} \times 100\%$$

Ket:

- n = Jumlah skor jawaban responden.
 N = jumlah jawaban ideal.
 P = tingkat keberhasilan yang dicapai

Skor ideal merupakan skor yang digunakan untuk menghitung skor yang berguna untuk menentukan rating scale dan jumlah seluruh jawaban, untuk menghitung jumlah skor ideal (kriterium) dari seluruh item digunakan rumus sebagai berikut:

Skor Kriteria = Nilai Skala X jumlah Responden
--

Adapun kategori deskripsi persentase yang diperoleh, diperjelas melalui sebuah tabel yang disusun dengan perhitungan sebagai berikut:

Persentase maksimal	$= (4/4) \times 100\%$	$= 100\%$
Persentase minimal	$= (1/4) \times 100\%$	$= 25\%$
Rentang persentase	$= 100\% - 25\%$	$= 75\%$
Interval persentase	$= 75\%/44$	$= 18,75$

Uji Prasyarat

Untuk menganalisis data-data yang ada, diperlukan analisis data prasyarat terlebih dahulu dengan uji normalitas, uji linieritas dan uji hetroskedastisitas.

Uji Normalitas Data

Nilai Chi Kuadrat yang diperoleh dalam perhitungan dikonsultasikan pada tabel nilai Chi Kuadrat, yaitu apabila hasil perhitungan nilai Chi kuadrat lebih kecil dibandingkan dengan tabel nilai Chi kuadrat baik pada taraf signifikansi 5% maupun pada taraf signifikansi 1%, maka distribusinya normal.

Uji Linieritas

Untuk mengetahui pengaruh antara variabel X_1 , dan Y , apakah linier atau tidak, maka perlu diadakan uji kelinieran dengan rumus uji F sebagai berikut (Hadi, 2001) Langkah selanjutnya adalah F yang diperoleh dikonsultasikan dengan F_{hitung} lebih kecil atau sama dengan F_{tabel} , maka hubungan antara variabel bebas dan variabel terkait bersifat linier. Sedangkan jika F_{hitung} lebih besar dari F_{tabel} , maka hubungan antar variabel bebas dan terkait bersifat tidak linier, apabila F_{hitung} lebih kecil dari F_{tabel} baik kesalahan 5% maupun 1% maka kesimpulannya adalah regresi linier.

Hasil dan Diskusi

Hasil Uji Validitas Instrumen

Adapun hasil uji coba validitas terhadap instrumen yang dilakukan terhadap 480 responden dengan taraf kebenaran 95% atau kesalahan 5% diperoleh r_{tabel} dengan metode *pearson correlation* dapat dilihat pada table berikut:

Tabel 6
Hasil Uji Validitas Variabel X_1
Self Regulation

NO	Item instrument	R_{hitung}	R_{tabel}	Keterangan
1	Item_1	0,482	0,361	Valid
2	Item_4	0,417	0,361	Valid
3	Item_6	0,420	0,361	Valid
4	Item_8	0,431	0,361	Valid
5	Item_9	0,540	0,361	Valid
6	Item_11	0,521	0,361	Valid
7	Item_13	0,440	0,361	Valid
8	Item_15	0,502	0,361	Valid
9	Item_16	0,447	0,361	Valid
10	Item_18	0,553	0,361	Valid
11	Item_20	0,452	0,361	Valid

12	Item_22	0,584	0,361	Valid
13	Item_24	0,439	0,361	Valid
14	Item_25	0,480	0,361	Valid
15	Item_27	0,461	0,361	Valid
16	Item_28	0,387	0,361	Valid
17	Item_30	0,423	0,361	Valid
18	Item_32	0,540	0,361	Valid
19	Item_34	0,451	0,361	Valid

Sumber: Hasil olah data SPSS V.16 for Windows, 19 November 2021

Tabel 7
Hasil Uji Validitas Variabel Y
Resiliensi Siswa

NO	Item instrument	R _{hitung}	R _{tabel}	Keterangan
1	Item_1	0,367	0,361	Valid
2	Item_3	0,462	0,361	Valid
3	Item_4	0,594	0,361	Valid
4	Item_5	0,369	0,361	Valid
5	Item_6	0,410	0,361	Valid
6	Item_8	0,365	0,361	Valid
7	Item_9	0,522	0,361	Valid
8	Item_10	0,435	0,361	Valid

Sumber: hasil Olah data SPSS v.16 for Windows, 20 November 2021

Berdasarkan pada data table diatas menunjukan bahwa nilai r_{hitung} dari semua item variabel X (*Self Regulation*), dan Y (*Resiliensi Siswa*) lebih besar dari r_{tabel} , maka instrumen tersebut dapat dinyatakan tentang instrumen variabel *Self Regulation*, *Resiliensi Siswa*, yang terdiri dari X= 1-34, dan Y= 1-10 item diatas semuanya memiliki $r_{hitung} > r_{tabel}$, dengan jumlah responden atau N= 480 dan dengan taraf kesalahan atau nilai $\alpha = 5\%$ yaitu 0,361 sehingga disimpulkan bahwa semua item pernyataan tersebut dapat dikatakan **valid**.

Hasil Uji Reliabilitas instrumen

Tabel 10
Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Variabel X, dan Y

No	Variabel	Cronbach's Alpha	Keterangan
1	<i>Self Regulation</i>	0,729	Reliabel
2	<i>Resiliensi Siswa</i>	0,701	Reliabel

Sumber: Hasil olah data SPSS V.16 for Windows, 20 November 2021

Berdasarkan hasil perhitungan SPSS V.16 diatas tentang uji reliabilitas diketahui bahwa nilai Cronbach's Alpha untuk variabel *Self Regulation* sebesar 0,729, *Resiliensi Siswa* sebesar 0,701 dari hasil yang didapat dapat disimpulkan bahwa nilai Cronbach's Alpha dari masing-masing variabel X dan Y lebih besar > dari 0.60, sehingga data dari instrumen angket secara keseluruhan dapat dikatakan **Reliabel**.

Uji Deskriptif

Analisis deskriptif bertujuan untuk mengetahui gambaran data dari hasil penelitian yang didapat dari lapangan. Adapun data dalam analisis deskriptif ini akan diolah dengan bentuk distribusi frekuensi berupa tabel, diagram maupun grafik. Selain itu dalam analisis deskriptif ini juga akan dibahas mengenai persentase per-item serta kategorisasi, berikut adalah hasil analisis deskriptif dari masing-masing variable.

Analisis Deskriptif Variabel X

Dalam analisis variabel pertama yaitu variabel X tentang *Self Regulation* akan dikembangkan melalui indikator utama yang terdiri dari Instrumen berdasarkan pendapat Bandura ada tiga hal yang menjadi aspek yaitu, Observasi diri, Proses penilaian, dan Reaksi diri.

Tabel 11
Blueprint Self Regulation

No	Indikator	No Item Favourable	No Item Unfavorable	Jumlah
1	Observasi	1,4	6	3
2	Proses Penilaian	8,9	11	3
3	Reaksi Diri	13,18,22,24,25,27, 28,30,32,34	15, 16, 20	8
		14	5	19

Skala *Self Regulation* terhadap proses pembelajaran jarak jauh pada masa pandemi Covid-19 di SMA Bangka terdiri dari 19 item pernyataan, yang terdapat empat pilihan jawaban, dengan skor antara 4-1 untuk pernyataan *favourable* dan 1-4 untuk pernyataan *Unfavourable*.

Tabel 12
Indikator Observasi diri Terhadap Proses Pembelajaran Jarak jauh Favourable (No. 1, 4)

Kategori Jawaban	Skor	Pernyataan		Jumlah Responden	Nilai Koesioner	Persentase	Tingkat Penilaian
		1	4				
Sangat Setuju	4	270	350	620	360	N $\frac{\sum X}{N} \times 100 = P$ $\frac{1380 \times 100}{1552} = 88.91\%$	Tinggi
Setuju	3	210	130	340	1.020		
Tidak Setuju	2	0	0	0	0		
Sangat Tidak Setuju	1	0	0	0	0		
Jumlah		480	480	172	1380	88.91%	

Dari hasil tabel diatas dapat diketahui bahwa dari 480 jumlah responden di kali 2 item soal observasi diri terhadap proses pembelajaran jarak jauh (senang beraktifitas belajar jarak jauh) di SMA Bangka dengan katagori sangat setuju terdapat 620, yang kedua dengan katagori setuju 340 responden, dan 0 responden menjawab tidak setuju, dan 0 responden menjawab sangat tidak setuju. Dengan hal ini dapat disimpulkan bahwa tingkat observasi diri mengenai pembelajaran jarak jauh dalam senang beraktifitas dengan persentase kumulatif 88,91%, dikategorikan **Tinggi**.

Tabel 13
Indikator Observasi Terhadap Proses Pembelajaran Jarak Jauh (No.6)

Kategori Jawaban	Skor	Pernyataan	Jumlah Responden	Nilai Koesioner	Persentase	Tingkat Penilaian
		6				
Sangat Setuju	1	0	0	0	$\frac{N}{N} \times 100 = P$ $\frac{1.475 \times 100}{1.955}$	Tinggi
Setuju	2	125	125	250		
Tidak Setuju	3	195	195	585		
Sangat Tidak Setuju	4	160	160	640		
Jumlah		480	480	1.475	75,44%	

Dari hasil tabel diatas dapat diketahui bahwa dari 480 jumlah responden di kali 1 item soal observasi diri terhadap proses pembelajaran jarak jauh dengan katagori sangat setuju terdapat 0, yang kedua dengan katagori setuju 125 responden, dan 195 responden menjawab tidak setuju, dan 160 responden menjawab sangat tidak setuju. Dengan hal ini dapat disimpulkan bahwa tingkat observasi diri mengenai pembelajaran jarak jauh dalam (senang beraktifitas belajar jarak jauh) dengan persentase kumulatif 75.44%, dikategorikan **Tinggi**.

Tabel 14
Indikator Penilaian Terhadap Proses Pembelajaran Jarak Jauh Favourable
(item Pernyataan no. 8, 9)

Kategori Jawaban	Skor	Pernyataan		Jumlah Responden	Nilai Koesioner	Persentase	Tingkat Penilaian
		1	4				
Sangat Setuju	4	332	235	567	2.268	$\frac{N}{N} \times 100 = P$ $\frac{3.741 \times 100}{4.701}$ 689	Tinggi
Setuju	3	144	243	387	1.461		
Tidak Setuju	2	4	2	6	12		
Sangat Tidak Setuju	1	0	0	0	0		
Jumlah		480	480	960	3.741	79,57%	

Dari hasil tabel diatas dapat diketahui bahwa dari 480 jumlah responden di kali 2 item soal proses penilaian terhadap proses pembelajaran jarak jauh (gagasan, pemahaman konsep) di SMA Bangka dengan katagori sangat setuju terdapat 567, yang kedua dengan katagori setuju 387 responden, dan 6 responden menjawab tidak setuju, dan 0 responden menjawab sangat tidak setuju. Dengan hal ini dapat disimpulkan bahwa tingkat SMA Bangka dalam hal penilaian terhadap proses pembelajaran jarak jauh dalam (gagasan, pemahaman konsep) dengan persentase kumulatif 79,57%, dikategorikan **Tinggi**.

Tabel 15

Indikator Penilaian Proses Pembelajaran Jarak Jauh Unfavourable (item pernyataan no. 11)

Kategori Jawaban	Skor	Pernyataan	Jumlah Responden	Nilai Koesioner	Persentase	Tingkat Penilaian
		11				
Sangat Setuju	1	3	3	3	N $\frac{1593 \times 100}{2.073}$	Tinggi
Setuju	2	28	28	56		
Tidak Setuju	3	262	262	786		
Sangat Tidak Setuju	4	187	187	748		
Jumlah		480	480	1.593	76,84%	

Dari hasil tabel diatas dapat diketahui bahwa dari 480 jumlah responden di kali 1 item soal proses penilaian terhadap pembelajaran jarak jauh (gagasan, pemahaman konsep) di SMA Bangka dengan katagori sangat setuju terdapat 3, yang kedua dengan katagori setuju 28 responden, dan 262 responden menjawab tidak setuju, dan 187 responden menjawab sangat tidak setuju. Dengan hal ini dapat disimpulkan bahwa tingkat penilaian terhadap pembelajaran jarak jauh di SMA Bangka dalam (gagasan, pemahaman konsep), dengan persentase kumulatif 76.84%, dikategorikan **Tinggi**.

Tabel 16

Indikator Reaksi Diri Terhadap Proses Pembelajaran Jarak Jauh Favourable (item Pertanyaan no. 13, 18, 22, 24, 25, 27, 28, 30, 32, 34)

Kegiatan	S R	Pernyataan										Jmh Rsdn	Nilai Ksr	Persentase	Tgk pnn
		13	18	22	24	25	27	28	30	32	34				
SS	4	267	226	150	250	331	235	220	155	240	261	2335	9.340	N $\frac{16629 \times 100}{17.231}$	T
S	3	210	231	321	230	143	242	235	317	230	204	2363	7.089		
TS	2	3	23	6	0	6	4	25	5	10	15	97	194		
STS	1	0	0	3	0	0	0	0	3			6	6		
Jumlah		480	480	480	480	480	480	480	480	480	480	4795	16.629	96.50%	

Dari hasil tabel diatas dapat diketahui bahwa dari 480 jumlah responden di kali 10 item soal reaksi diri terhadap proses pembelajaran jarak jauh (perilaku siswa mengerjakan tugas, kecenderungan bertindak) dengan katagori sangat setuju terdapat 2.335, yang kedua dengan katagori setuju 2363, dan 97 responden menjawab tidak setuju, dan 6 responden menjawab sangat tidak setuju. Dengan hal ini dapat disimpulkan bahwa tingkat kecenderungan mengenai reaksi diri terhadap proses pembelajaran jarak jauh di SMA Bangka dalam (perilaku siswa mengerjakan tugas, kecenderungan bertindak) dengan persentase kumulatif 96.50%, dikategorikan **Tinggi**.

Tabel 17
Indikator Reaksi Terhadap Proses Pembelajaran Jarak Jauh Unfavorable (item Pernyataan no. 15,16,19)

Kategori Jawaban	Skor	Pernyataan			Jumlah responden	Nilai Koesioner	Persentase	Tingkat Penilaian
		15	16	19				
Sangat Setuju	1	3	2	0	5	5	$\frac{N}{N} \times 100 = P$ $\frac{4803 \times 100}{6243}$	Tinggi
Setuju	2	6	25	29	60	120		
Tidak Setuju	3	326	235	261	822	2466		
Sangat Tidak Setuju	4	145	218	190	553	2212		
Jumlah		480	480	480	1440	4803	76,94%	

Dari hasil tabel diatas dapat diketahui bahwa dari 480 jumlah responden di kali 3 item soal reaksi diri terhadap proses pembelajaran jarak jauh (perilaku siswa mengerjakan tugas, kecenderungan bertindak) di SMA Bangka dengan katagori sangat setuju terdapat 5, yang kedua dengan katagori setuju 60 responden, dan 822 responden menjawab tidak setuju, dan 553 responden menjawab sangat tidak setuju. Dengan hal ini dapat disimpulkan bahwa tingkat kecenderungan reaksi diri terhadap proses pembelajaran jarak jauh dalam (perilaku siswa mengerjakan tugas, kecenderungan bertindak) dengan persentase kumulatif 76.94%, dikategorikan **Tinggi**.

Tabel 18
Analisis Indikator Self-Regulation

No	Item Instrumen	Nilai Persentase Kumulatif	Kategori
1	Saya berharap bisa mengikuti pelajaran jarak jauh dengan baik dibandingkan siswa lain	88.91%	Sangat Tinggi
2	Saya menyukai materi di beri guru di saat pembelajaran jarak jauh yang akan di pelajari	88.91%	Sangat Tinggi
3	Saya cemas ketika ujian di saat pembelajaran jarak jauh sehingga saya tidak dapat mengingat apa yang sudah saya pelajari	75,54%	Tinggi
4	Saya menyukai materi yang dipelajari ketika pada pembelajaran jarak jauh	79.57%	Tinggi
5	Dibandingkan dengan siswa di kelas, saya merasa saya termasuk siswa yang baik pada pembelajaran jarak jauh	79.57%	Tinggi
6	Saya merasa gelisah dan tidak nyaman ketika menghadapi ujian pada pembelajaran jarak jauh	76,84%	Tinggi
7	Menurut saya, pelajaran diberikan oleh guru ketika belajar jarak jauh berguna bagi saya	96.50%	Sangat Tinggi
8	Ujian diberikan oleh guru pada pembelajaran jarak jauh membuat saya merasa cemas	76,94%	Tinggi
9	Ketika mengerjakan ujian pada pembelajaran jarak jauh, saya memikirkan Tentang betapa buruknya hasil pekerjaan saya	76.94%	Tinggi
10	Saya merasa apa yang dipelajari pada pembelajaran jarak jauh menarik	96.50%	Sangat Tinggi
11	Sulit bagi saya menentukan topik utama dari Pelajaran jarak jauh yang saya kerjakan	76.90%	Tinggi
12	Saya yakin bisa menyelesaikan tugas dengan baik	96,50%	Sangat Tinggi

13	Saya rasa saya akan mendapat nilai baik pada pembelajaran jarak jauh	96,50%	Sangat Tinggi
14	Saya belum puas jika ada pertanyaan guru yang belum dijawab pada saat pelajaran berlangsung	96,50%	Sangat Tinggi
15	Ketika belajar jarak jauh untuk ujian, saya berusaha Untuk menggabungkan informasi yang saya dapatkan dari penjelasan guru dan buku	96,50%	Sangat Tinggi
16	Ketika belajar, saya menyalin kembali catatan saya untuk membantu saya mengingat materi pelajaran	96,50%	Sangat Tinggi
17	Apa yang telah saya pelajari dari materi yang diajarkan membantu saya mengerjakan tugas baru yang diberikan	96,50%	Sangat Tinggi
18	Saya membuat ringkasan dari bab-bab yang ada di buku pelajaran saya untuk membantu saya belajar	96,50%	Sangat Tinggi
19	Ketika membaca materi pelajaran, saya berusaha menghubungkan hal yang saya baca dengan apa yang telah saya ketahui	96,50%	Sangat Tinggi
Jumlah		168482%	
Rata-rata		88,67%	Sangat Tinggi

Untuk mengetahui *self-regulation* terhadap proses pembelajaran jarak jauh pada masa pandemi Covid-19 di SMA Bangka akan dicari nilai rata-rata keseluruhan dengan cara:

$$\text{Grand Mean} = \frac{\text{Total Rata-Rata Hitung}}{\text{Jumlah Pernyataan}} = 88,67\%$$

Berdasarkan perhitungan diatas dapat diketahui bahwa tingkat *self-regulation* terhadap proses pembelajaran jarak jauh pada masa pandemi covid-19 di SMA bangka dapat dikategorikan **Sangat Tinggi**.

Analisis Deskriptif Variabel Y (Resiliensi Siswa)

Tabel 19

Blueprint Resiliensi Siswa

No	Indikator	No item	No item	Jumlah
		Favourable	Unfavourable	
1	Individu	1,4	3,5	4
2	Keluarga	8, 9,10	6	4
		5	3	8

Skala resilensi siswa terdiri dari 8 item pernyataan, yang terdapat empat pilihan jawaban, dengan skor antara 4-1 untuk pernyataan *favourable* dan 1-4 pernyataan *Unfavourable*.

Tabel 20
Indikator Faktor Protektif Individu Favourable (item pertanyaan no. 1,4)

Kategori Jawaban	Skor	Pernyataan		Jumlah Responden	Nilai Koesioner	Persentase	Tingkat Penilaian
		1	4				
Sangat Setuju	4	221	262	483	1932	$\frac{N}{N} \times 100 = P$ $\frac{3327 \times 100}{4287}$	Tinggi
Setuju	3	240	206	446	1338		
Tidak Setuju	2	14	12	26	52		
Sangat Tidak Setuju	1	5	0	5	5		
Jumlah		480	480	960	3327	77,65%	

Dari hasil tabel diatas dapat diketahui bahwa dari 480 jumlah responden di kali 2 item soal individu pada reseliensi siswa SMA Bangka dengan katagori sangat setuju terdapat 483, yang kedua dengan katagori setuju 446 dan 26 responden menjawab tidak setuju, dan 5 responden menjawab sangat tidak setuju. Dengan hal ini dapat disimpulkan bahwa tingkat Faktor protektif terhadap pembelajaran jarak jauh dalam (individu siswa) dengan persentase kumulatif 77,65%, dikategorikan **Tinggi**.

Tabel 21
Indikator Faktor Proktektif Individu Unfavourable (item pernyataan no. 3,5)

Kategori Jawaban	Skor	Pernyataan		Jumlah Responden	Nilai Koesioner	Persentase	Tingkat Penilaian
		3	5				
Sangat Setuju	1	0	0	0	0	$\frac{N}{N} \times 100 = P$ $\frac{3.100 \times 100}{4.060}$	Tinggi
Setuju	2	120	22	142	284		
Tidak Setuju	3	190	262	452	1356		
Sangat Tidak Setuju	4	170	196	366	1464		
Jumlah		480	480	960	3.100	76,35%	

Dari hasil tabel diatas dapat diketahui bahwa dari 480 jumlah responden di kali 2 item soal individu pada reseliensi siswa SMA Bangka terhadap pembelajaran jarak jauh dengan katagori sangat setuju terdapat 0, yang kedua dengan katagori setuju 142 responden, dan 452 responden menjawab tidak setuju, dan 366 responden menjawab sangat tidak setuju. Dengan hal ini dapat disimpulkan bahwa tingkat tingkat Faktor protektif terhadap pembelajaran jarak jauh dalam (individu siswa) dengan persentase kumulatif 76.35%, dikategorikan **Tinggi**.

Tabel 22
Indikator faktor Protektif Keluarga Favourable (item pernyataan no. 8, 9, 10)

Kategori Jawaban	Skor	Pernyataan			Jumlah Responden	Nilai Koesioner	Persentase	Tingkat Penilaian
		8	9	10				
Sangat Setuju	4	237	260	147	649	2596	$\frac{N}{N} \times 100 = P$ $\frac{4.961 \times 100}{6.416}$	Tinggi
Setuju	3	219	211	316	755	2265		
Tidak Setuju	2	19	9	5	33	66		
Sangat Tidak Setuju	1	5	0	12	18	34		
Jumlah		480	480	480	1.455	4961	77,33%	

Dari hasil tabel diatas dapat diketahui bahwa dari 480 jumlah responden di kali 3 item soal individu pada resiliensi siswa SMA Bangka dengan katagori sangat setuju terdapat 649, yang kedua dengan katagori setuju 755 dan 33 responden menjawab tidak setuju, dan 18 responden menjawab sangat tidak setuju. Dengan hal ini dapat disimpulkan bahwa tingkat Faktor protektif terhadap pembelajaran jarak jauh dalam (keluarga) dengan persentase kumulatif 77,33%, dikategorikan **Tinggi**.

Tabel 23
Indikator Faktor Protektif Keluarga Unfavourable (item pernyataan no. 6)

Kategori Jawaban	Skor	Pernyataan	Jumlah Responden	Nilai Koesioner	Persentase	Tingkat Penilaian
		6				
Sangat Setuju	1	6	6	6	$\frac{N}{N} \times 100 = P$ $\frac{1.472 \times 100}{1.952}$	Tinggi
Setuju	2	134	134	262		
Tidak Setuju	3	156	156	468		
Sangat Tidak Setuju	4	184	184	736		
Jumlah		480	480	1.472	75,48%	

Dari hasil tabel diatas dapat diketahui bahwa dari 480 jumlah responden di kali 1 item soal proses penilaian terhadap pembelajaran jarak jauh (gagasan, pemahaman konsep) di SMA Bangka dengan katagori sangat setuju terdapat 6, yang kedua dengan katagori setuju 134 responden, dan 156 responden menjawab tidak setuju, dan 184 responden menjawab sangat tidak setuju. Dengan hal ini dapat disimpulkan bahwa tingkat penilaian terhadap pembelajaran jarak jauh di SMA Bangka dalam (gagasan, pemahaman konsep), dengan persentase kumulatif 75,48%, dikategorikan **Tinggi**.

Tabel 24
Analisis Indikator Resiliensi Siswa

No	Pernyataan	Nilai Persentase Kumulatif	Kategori
1	Saya mampu beradaptasi terhadap perubahan yang terjadi	77,65%	Tinggi
2		77,65%	Tinggi

	Menghadapi stress yang saya alami membuat saya kuat		
3	Saya mampu mengatasi apapun yang terjadi	76,35%	Tinggi
4	Saya bisa mengatasi perasaan-perasaan tidak menyenangkan yang saya rasakan.	76,35%	Tinggi
5	Saya berfikir bahwa saya orang yang lemah	75,48%	Tinggi
6	Saya bisa tetap fokus pada apa yang saya lakukan ketika berada dalam tekanan	77,33%	Tinggi
7	Saya bisa mencapai tujuan walaupun mengalami banyak hambatan	77,33%	Tinggi
8	Saya mencoba melihat sisi lucu dari masalah yang saya hadapi	77,33%	Tinggi
	Jumlah	615,47%	
	Rata-rata	76,94%	Tinggi

Berdasarkan perhitungan diatas dapat diketahui bahwa tingkat Resilensi Siswa siswa terhadap pembelajaran jarak jauh di SMA Bangka dapat dikatagorikan **Tinggi**.

Presentasi Kumulatif variabel X (Self-Regulation) dan Y (Resiliensi Siswa)

Setelah diketahui tingkat/kategori dari masing-masing indikator variabel diatas, maka dapat dilanjutkan ke tahap nilai rata-rata akumulatif dengan menjumlahkan hasil dari setiap indikator variabel dan membaginya untuk mengetahui seberapa besar presentasi variabel X dan Y.

Tabel 25
Analisis variabel X
(Self-Regulation)

No	Indikator Variabel	Nilai Persentase Kumulatif	Katagori
1	Observasi Diri	82,17%	Sangat Positif
2	Proses Penilaian	78,20%	Positif
3	Reaksi diri	86,72%	Sangat Positif
Jumlah Rata-Rata (Mean)		82,36%	Sangat Positif

Dari hasil perhitungan diatas dapat diketahui bahwa nilai rata-rata yang terdapat dalam jumlah banyaknya butir indikator, didapati bahwa nilai mean atau rata-rata total dari variabel X adalah 82,36% maka dari itu dapat disimpulkan bahwa tingkat *self-regulation* siswa terhadap pembelajaran jarak jauh di SMA Bangka dikatagorikan sangat tinggi.

Tabel 26
Analisis Variabel Y
(Resiliensi Siswa)

No	Indikator Variabel	Nilai Persentase Kumulatif	Kategori
1	Faktor Protektif Individu	75.65%	Tinggi
2	Faktor Protektif Keluarga	76,37%	Tinggi
Jumlah Rata-Rata (Mean)		76,01%	Tinggi

Dari hasil perhitungan diatas dapat diketahui bahwa nilai rata-rata yang terdapat dalam jumlah banyaknya butir indikator, didapati bahwa nilai mean atau rata-rata total dari variabel Y adalah 76,01% maka dari itu dapat disimpulkan bahwa resiliensi siswa pada pembelajaran jarak jauh di SMA Bangka dikategorikan t tinggi.

Analisis Deskriptif Variabel Y (Resiliensi Siswa)

Tabel 27

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	22	4	.8	.8	.8
	23	27	5.6	5.6	6.5
	24	57	11.9	11.9	18.3
	25	77	16.0	16.0	34.4
	26	62	12.9	12.9	47.3
	27	84	17.5	17.5	64.8
	28	54	11.2	11.2	76.0
	29	36	7.5	7.5	83.5
	30	44	9.2	9.2	92.7
	31	18	3.8	3.8	96.5
	32	17	3.5	3.5	100.0
Total		480	100.0	100.0	

Sumber: Hasil olah data SPSS V.16 for windows, 22 November 2021.

Tabel 28
Descriptive Statistic

N	Valid	480
	Missing	0
	Mean	86.45
	Median	27.0000
	Mode	27.00
	Std. Deviation	1.374
	Minimum	22.00
	Maximum	32.00

Berdasarkan data diatas maka dibuat tabel distribusi frekuensi tentang kualifikasi dan klasifikasi Resiliensi Siswa tentang pembelajaran jarak jauh di SMA Bangka.

Tabel 29
Klasifikasi dan Kualifikasi Resiliensi Siswa

Klasifikasi	Jumlah Siswa	Persentase	Kualifikasi
88-Keatas	390	34,32 %	Tinggi
70-87	40	28,00%	Sedang
69-Kebawah	50	34,50%	Rendah

Data diatas, merupakan ringkasan hasil Resiliensi Siswa tentang pembelajaran jarak jauh di SMA Bangka dari 480 siswa yang diambil secara *purpose* (ditentukan). Data tersebut menunjukkan klasifikasi dan kualifikasi atas hasil Resiliensi Siswa tentang pembelajaran jarak jauh di SMA Bangka. Adapun predikat yang mendapat predikat sedang sebesar 28,00% atau 40 siswa. Kemudian 34,50% mendapat predikat rendah ada 50 siswa, sedangkan sisanya sebesar 34,32% atau 390 siswa mendapatkan predikat tinggi. Jadi, dapat disimpulkan resiliensi siswa tentang pembelajaran jarak jauh di SMA Bangka rata-rata mempunyai hasil **tinggi**.

Prasyarat/Asumsi Klasik **Uji Normalitas dan Linieritas**

Untuk menguji bahwa data berdistribusi normal atau berdistribusi tidak normal, maka dilakukan uji normalitas. Untuk memeriksa normal tidaknya data variabel menggunakan rumus Chi kuadrat. Apabila hasil perhitungan nilai chi kuadrat lebih kecil jika dibandingkan dengan tabel chi kuadrat baik pada taraf signifikansi 5% maupun taraf signifikansi 1%, maka distribusi normal.

Hasil Pengujian: diketahui nilai signifikansi untuk variabel X (*Self Regulation*), dan Y (Resiliensi siswa tentang pembelajaran jarak jauh) adalah 0,179, dan 0,794 lebih besar dari 0,05 maka dapat disimpulkan data berdistribusi normal. Maka dari hasil perhitungan diatas dengan menggunakan

analisis uji normalitas *One Sample Kolmogorov-Smirnov* dengan menggunakan alat uji SPSS v.16 for windows, dapat disimpulkan bahwa, data untuk masing-masing variabel terdistribusi normal.

Uji Linieritas

Hasil uji linieritas pada tabel diatas diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar 0.793 lebih besar dari 0.05 maka dapat disimpulkan bahwa antara variabel X (*self regulation*) dengan variabel Y (resiliensi siswa) di SMA Bangka adalah **linier**.

Tabel 32
Uji Linieritas Resiliensi Siswa Selama Proses Pembelajaran Jarak Jauh Pada Masa Pandemi Covid-19 di SMA Bangka

	Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	.378	1	.341	.049	.668 ^a
	Residual	2410.123	456	4.582		
	Total	2410.483	481			

Hasil Uji Hipotesis

Tabel 32
Uji Korelasi

		Self Regulation	Resiliensi Siswa
Self Regulation	Pearson Correlation	1	.152
	Sig. (2-tailed)		.793
	N	480	480
Resiliensi Siswa	Pearson Correlation	.114	1
	Sig. (2-tailed)	.793	
	N	480	480

Berdasarkan tabel diatas diketahui nilai signifikan sebesar $152 > 0.05$, $114 > 0.05$. Jadi dapat diketahui tidak ada hubungan yang signifikan antara variabel X, dan Y meskipun terdapat nilai koefisien korelasi sebesar 152, dan 114 dengan kategori tingkat korelasi sangat tinggi.

Hasil Uji Regresi Linier

Tabel 32
Uji Regresi Linier Berganda
Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	95% Confidence Interval for B	
	B	Std. Error	Beta			Lower Bound	Upper Bound
1							
(Constant)	27.151	1.368		19.850	.007	24.463	29.838
Self Regulation	.326	.422	..212	.262	.000	.449	.638

a. Dependent Variable:
Resiliensi Siswa

Berdasarkan hasil perhitungan regresi linier berganda yang ditunjukkan pada tabel diatas maka persamaan garis regresinya sebagai berikut:

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + b_3X_3$$

$$Y = 27.151 + 0,326 X_1 + b_2X_2 + b_3X_3$$

Persamaan tersebut menunjukkan bahwa:

Konstanta

Dari variabel koefisien diatas diketahui nilai konstanta 27.151. hal ini dapat diartikan bahwa *self regulation* = 0 maka resiliensi siswa akan sterusnya sesuai nilai kelipatan pada variabel *self regulation* terhadap resiliensi siswa selama proses pembelajaran jarak jauh pada masa pandemi covid 19 di SMA Bangka.

Koefesien *self regulation*

Berdasarkan tabel koefesiensi di atas, diketahui nilai signifikan sebesar 0.000 lebih kecil dari < 0.05 hal ini berarti adanya pengaruh yang signifikan antara variabel *self regulation* terhadap resiliensi siswa selama proses pembelajaran jarak jauh pada masa pandemi covid 19 di SMA Bangka

Hasil Uji F/Simultan

Signifikasi α sebesar 0.05 ($\alpha = 5\%$) dikarenakan $\text{sig} < \alpha$ ($0,000 < 0,05$), maka hipotesis diterima. Jadi *self regulation* secara stimulan mempengaruhi resiliensi siswa selama proses pembelajaran jarak jauh pada masa pandemi covid 19 di SMA Bangka.

Hasil Uji Determinasi

Nilai R sebesar 0.782. Adapun perhitungan nilai koefisien determinasi adalah $R^2 \times 100\% = 0,782^2 \times 100\% = 61,1\%$. Angka tersebut mengandung arti bahwa variabel *self regulation* (X) memberikan pengaruh dengan resiliensi siswa (Y) selama proses pembelajaran jarak jauh pada masa pandemi covid 19 di SMA Bangka sebesar 61,1% . Sedangkan sisanya ($100\% - 61,1 = 38,9\%$) dipengaruhi oleh variabel lain di luar persamaan regresi ini atau variabel yang tidak diteliti.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan tentang Pengaruh Kemampuan *Self Regulation* Terhadap Resiliensi Siswa Selama Proses Pembelajaran Jarak Jauh Pada Masa Pandemi Covid 19 di SMA Bangka, maka peneliti menarik kesimpulan sebagai berikut:

1. *Self Regulation* diketahui melalui beberapa indikator, *pertama* adalah observasi diri, berdasarkan hasil perhitungan dapat diketahui bahwa dalam observasi diri dalam proses pembelajaran jarak jauh pada masa pandemi Covid-19 di SMA Bangka sebesar 82,17% dengan kategori sangat tinggi, indikator *kedua* adalah proses penilaian sebesar 78,20% tinggi, dan indikator ketiga adalah Reaksi diri sebesar 86,72% dengan kategori sangat tinggi. Dengan hasil keseluruhan dari perhitungan jumlah total persentase dibagi dengan banyaknya indikator maka dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa variabel *self regulation* dengan persentase nilai kumulatif sebesar 82,36% dengan kategori sangat tinggi.
2. Resiliensi Siswa dapat diketahui melalui beberapa indikator, *pertama* Faktor protektif individu adalah, berdasarkan hasil perhitungan dapat diketahui bahwa dalam Faktor protektif individu dalam proses pembelajaran jarak jauh pada masa pandemi Covid-19 di SMA Bangka sebesar 75,65% dengan kategori tinggi, indikator *kedua* adalah faktor protektif keluarga sebesar 76,36% tinggi. Dengan hasil keseluruhan dari perhitungan jumlah total persentase dibagi dengan banyaknya indikator maka dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa variabel resiliensi siswa Selama proses pembelajaran jarak jauh pada masa pandemi covid 19 di SMA Bangka dengan persentase nilai kumulatif sebesar 76,01% dengan kategori tinggi
3. Dari data yang telah dianalisa dibab sebelumnya diperoleh tingkat signifikansi yang didapat antara dua variabel melalui uji korelasi dan regresi didapat bahwa, tingkat signifikansi adalah sebesar 0,000 adalah lebih kecil dari 0,05, dengan ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh Kemampuan *Self Regulation* (X) Terhadap (Y) Resiliensi Siswa Selama Proses Pembelajaran Jarak Jauh Pada Masa Pandemi Covid 19 di SMA Bangka.
4. Sedangkan untuk mengetahui seberapa besar variabel Kemampuan *Self Regulation* (X) Terhadap (Y) bersama-sama Resiliensi Siswa Selama Proses Pembelajaran Jarak Jauh Pada Masa Pandemi Covid 19 di SMA Bangka, maka dapat diketahui melalui uji determinasi. Adapun perhitungan nilai koefisien determinasi adalah $R^2 \times 100\% = 0,782^2 \times 100\% = 61,1\%$. Angka tersebut mengandung arti bahwa variabel *self regulation* (X) memberikan pengaruh dengan resiliensi siswa (Y) selama proses pembelajaran jarak jauh pada masa pandemi covid 19 di SMA Bangka sebesar 61,1%. Sedangkan sisanya ($100\% - 61,1\% = 38,9\%$) dipengaruhi oleh variabel lain atau variabel yang tidak diteliti.

Referensi

- Alwisol, 2016, Psikologi Kepribadian, Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Anitah Sri, Media Pembelajaran, 2014, Surakarta: UNS Press.
- Arikunto Suharsimi, 2012, Prosedur Penelitian Suatu PendekatanPraktek, Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar Saifuddi, 2010, Metode Penelitian, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- A Pintrich, Paul. R. 2004, Conceptual Framework for AssessingMotivation and Self-Regulated Learningin College Students. Educational Psychology Review, Vol. 16, No. 4: 385-407. Springer Science.
- A W Sari, Rifki M, & Karmila M, 2020. Analisis Kebijakan Pendidikan Terkait Implementasi Pembelajaran Jarak Jauh Pada Masa Darurat Covid-19. Jurnal Mappesona,2 (2). Retrieved from <https://jurnal.iain bone.ac.id/index.php/ mappesona/ article/ view/830>

- Barseli, Mufadhal, Ildilfdil, and Linda Fitria. 2021, "Stress akademik akibat Covid-19." *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)* 5.2
- Chodzirin Mustofa, & Sayekti, 2019, Formulasi Model Perkuliahan Daring Sebagai Upaya Menekan Disparitas Kualitas Perguruan Tinggi, *Journal of Information Technology*, 01.
- Chatherine, R. N. (2020, March 18). Siswa belajar dari rumah, KPAI: Anak-anak stress dikasih banyak tugas. *Detik News*. Retrieved from <https://news.detik.com/berita/d-4944071/siswa-belajar-dari-rumah-kpaianak-anak-stres-dikasih-banyak-tugas>.
- D S Sabaniah, Ramadhan F, &, Rohmah S. K. 2021. Peran Guru dalam Pelaksanaan Pembelajaran Jarak Jauh di Tengah Wabah COVID-19. *Edunesia: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 2 (1), 43-54
- Eleanor Sautelle, 2015, et al. "Personality, resilience, self-regulation and cognitive ability relevant to teacher selection." *Australian Journal of Teacher Education* 40.4
- Edwards, David John, Humphrey Siphwe B. Ngcobo, and Stephen David Edwards. 2014, "Resilience and coping experiences among master's professional psychology students in South Africa." *Journal of Psychology in Africa* 24.2
- Garde Artuch, Raquel, et al. 2017, "Relationship between resilience and self-regulation: a study of Spanish youth at risk of social exclusion." *Frontiers in psychology* 8.
- Gujarati Damodar N, 2015. *Dasar-Dasar Ekonometrika*. Buku II. Edisi Kelima. Jakarta Selatan: Salemba Empat.
- Hendriani W, 2018, *Resiliensi Psikologis Sebuah Pengantar*, Jakarta: Kencana.
- Hadi Sutrisno, 2015, *Analisis Regresi Yogyakarta*, Andi Offset.
- Hamdan, Khaldoun Mohammad, et al. "University students' interaction, Internet self-efficacy, self-regulation and satisfaction with online education during pandemic crises of COVID-19 (SARS-CoV-2)." *International Journal of Educational Management* (2021).
- J Zimmerman, B. 1990. Self-regulated learning and academic achievement: An overview. *Educational Psychologist*.
- K Reivich & A Shatte, 2002, Psychosocial Resilience, *American Journal of Orthopsychiatry*, 57. 316. Doi: 10.1111/j. 1939-0025.1987.tb03541.
- K Carey, Neal, J.D, & E Collins, S. 2004. A psychometric analysis of the self regulation questionnaire. *Addictive Behaviour*.
- Khabbaz M, Behjati Z, Naseri M. 2011. The Relation Between Social Support, Coping Styles and Resiliency In Boy Adolescents. *Applied Psychology Quarterly*, 108-124
- Kuntarto E, 2017, Keefektifan Model Pembelajaran Daring Dalam Perkuliahan Bahasa Indonesia di Perguruan Tinggi. *Indonesian Language Education and Literature*.
- Kosnin, Azlina. Mohd, Self-Regulated Learning and Academic Achievement in Malaysian Undergraduates. *International Education Journal*, 2007, 8(1), 221-228. (Faculty of Education, Universiti Teknologi Malaysia, 2007.
- Muhidin Sambas Ali & Abdurrahman Maman, 2009, *Analisis Korelasi, Regresi, dan Jalur Dalam Penelitian*, Bandung: Pustaka Setia.
- Mukhid Abd., 2008, "Strategi Self-Regulated Learning (Perspektif Teoritik)", *Tadris*.

- Masten, Ann S. 2019, "Resilience from a developmental systems perspective." *World Psychiatry* 18.
- Nogroho Yohanes Anton, 2011, *It's Easy Olah Data dengan SPSS*, Yogyakarta: Scripta Media Creative.
- Norma Verdolini, et al. 2021, "Resilience and mental health during the COVID-19 pandemic." *Journal of affective disorders* 283.
- N. Ahern, E. Kiehl, M. Sole, & J. Byers. 2006. A Review of Instrument Measuring Resilience. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing*, 29, Hlm 103-125
- Quintiliani, Livia, et al. "Resilience and psychological impact on Italian university students during COVID-19 pandemic. Distance learning and health." *Psychology, Health & Medicine* (2021): 1-12.
- Ormrod, Jeanne. Ellis, 2008, *Psikologi Pendidikan: Membantu Siswa Tumbuh dan Berkembang*. Edisi Keenam. Jilid 1. Alih Bahasa: Wahyu Indianti, Eva Septiani, Airin Y. Saleh, dan Puji Lestari, Jakarta: Erlangga.
- Rutter M. (2006). Implications of resilience concepts for scientific understanding. *Annals New York Academy of Science*, 1094, 1-12.
- Rahamma Alimuiddin, Tawany, & Najib M, 2015, intensitas Penggunaan E Learning Dalam Menunjang Pembelajaran Mahasiswa Program Sarjana di Universitas Hasanuddin, *Jurnal Komunikasi KAREBA* 4 (4).
- Rachmat Novia Ayu Puspita & Rusmawati Diana, 2018, Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Taruna Akademi Kepolisian Semarang, *Jurnal Empati*, 7 (3).
- Rachmah Dwi Nur, 2015. Regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa yang memiliki peran banyak. *Jurnal Psikologi UGM*, 42(1), 61-77
- Sugiyono, 2005, *Memahami Penelitian Kualitatif*, Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono, 2015, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta.
- Sujarwo & Basrowi, 2009, *Metode Penelitian Sosial*, Bandung, Mandar Maju.
- Setiawan Aldi, 2017, Implementasi Optical Character Recognition (OCR) Pada Mesin Penerjemah Bahasa Indonesia ke Bahasa Inggris, *Jurnal Sistem dan Teknologi Informasi (JustIN)* 5 (2).
- SKB empat Menteri No. 03/KB 2020, No. 612 Tahun 2020, No. HK. 01. 08/Menkes/502/2020, No. 119/4536/SJ.
- Sugiyono, 2015, *Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Bandung: Alfabeta.
- Santrock Jhon. W, 2009, *Educational psychology* (ed.4). (New York: The McGraw-Hill Companies.
- Sudarsani, Luh, Ni Luh Putu Shinta Devi, and I. Gusti Ngurah Juniarta. "Hubungan Stres Akademik Dengan Depresi Pada Siswa Mipa di SMAN 4 Denpasar,
- Papalia D. E. W Feldman, S., & R. D, 2001, *Perkembangan Manusia*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Periantalo Jelpa, 2016, *Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Purwanto Agus, Dkk, 2020, Studi Eksploratif Pandemic Covid-19 Terhadap Proses Pembelajaran Online di Sekolah Dasar, *Journal of Education, Psychology and Counseling*, 2 (1).
- Pendit Putu Laxman, 2003, *Penelitian Perpustakaan dan Informasi: Sebuah Pengantar Diskusi Epistemology dan Metodology*, Jakarta: JIP-FSUI, 2003. Alwisol, 2016, *Psikologi Kepribadian*, Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Anitah Sri, *Media Pembelajaran*, 2014, Surakarta: UNS Press.
- Arikunto Suharsimi, 2012, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar Saifuddi, 2010, *Metode Penelitian*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- A Pintrich, Paul. R. 2004, *Conceptual Framework for Assessing Motivation and Self-Regulated Learning in College Students*. *Educational Psychology Review*, Vol. 16, No. 4: 385-407. Springer Science.
- A W Sari, Rifki M, & Karmila M, 2020. Analisis Kebijakan Pendidikan Terkait Implementasi Pembelajaran Jarak Jauh Pada Masa Darurat Covid-19. *Jurnal Mappesona*, 2 (2). Retrieved from <https://jurnal.iainbone.ac.id/index.php/mappesona/article/view/830>
- Barseli, Mufadhal, Idris, and Linda Fitria. 2021, "Stress akademik akibat Covid-19." *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)* 5.2
- Chodzirin Mustofa, & Sayekti, 2019, *Formulasi Model Perkuliahan Daring Sebagai Upaya Menekan Disparitas Kualitas Perguruan Tinggi*, *Journal of Information Technology*, 01.
- Chatherine, R. N. (2020, March 18). Siswa belajar dari rumah, KPAI: Anak-anak stress dikasih banyak tugas. *Detik News*. Retrieved from <https://news.detik.com/berita/d-4944071/siswa-belajar-dari-rumah-kpaianak-anak-stres-dikasih-banyak-tugas>.
- D S Sabaniah, Ramadhan F, & Rohmah S. K. 2021. Peran Guru dalam Pelaksanaan Pembelajaran Jarak Jauh di Tengah Wabah COVID-19. *Edunesia: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 2 (1), 43-54
- Eleanor Sautelle, 2015, et al. "Personality, resilience, self-regulation and cognitive ability relevant to teacher selection." *Australian Journal of Teacher Education* 40.4
- Edwards, David John, Humphrey Siphwe B. Ngcobo, and Stephen David Edwards. 2014, "Resilience and coping experiences among master's professional psychology students in South Africa." *Journal of Psychology in Africa* 24.2
- Garde Artuch, Raquel, et al. 2017, "Relationship between resilience and self-regulation: a study of Spanish youth at risk of social exclusion." *Frontiers in psychology* 8.
- Gujarati Damodar N, 2015. *Dasar-Dasar Ekonometrika*. Buku II. Edisi Kelima. Jakarta Selatan: Salemba Empat.
- Hendriani W, 2018, *Resiliensi Psikologis Sebuah Pengantar*, Jakarta: Kencana.
- Hadi Sutrisno, 2015, *Analisis Regresi* Yogyakarta, Andi Offset.
- Hamdan, Khaldoun Mohammad, et al. "University students' interaction, Internet self-efficacy, self-regulation and satisfaction with online education during pandemic crises of COVID-19 (SARS-CoV-2)." *International Journal of Educational Management* (2021).
- J Zimmerman, B. 1990. *Self-regulated learning and academic achievement: An overview*. *Educational Psychologist*.

- K Reivich & A Shatte, 2002, Psychosocial Resilience, American Journal of Orthopsychiatry, 57. 316. Doi: 10.1111/j. 1939-0025.1987.tb03541.
- K Carey, Neal, J.D, & E Collins, S. 2004. A psychometric analysis of the self regulation questionnaire. Addictive Behaviour.
- Khabbaz M, Behjati Z, Naseri M. 2011. The Relation Between Social Support, Copping Styles and Resiliency In Boy Adolescents. Applied Psychology Quarterly, 108-124
- Kuntarto E, 2017, Keefektifan Model Pembelajaran Daring Dalam Perkuliahan Bahasa Indonesia di Perguruan Tinggi. Indonesian Language Education and Literature.
- Kosnin, Azlina. Mohd, Self-Regulated Learning and Academic Achievement in Malaysian Undergraduates. International Education Journal, 2007, 8(1), 221-228. (Faculty of Education, Universiti Teknologi Malaysia, 2007.
- Muhidin Sambas Ali & Abdurrahman Maman, 2009, Analisis Korelasi, Regresi, dan Jalur Dalam Penelitian, Bandung: Pustaka Setia.
- Mukhid Abd., 2008, "Strategi Self-Regulated Learning (Perspektif Teoritik)", Tadris.
- Masten, Ann S. 2019, "Resilience from a developmental systems perspective." World Psychiatry 18.
- Nogroho Yohanes Anton, 2011, It's Easy Olah Data dengan SPSS, Yogyakarta: Scripta Media Creative.
- Norma Verdolini, et al. 2021, "Resilience and mental health during the COVID-19 pandemic." Journal of affective disorders 283.
- N. Ahern, E. Kiehl, M. Sole, & J. Byers. 2006. A Review of Instrument Measuring Resilience. Issues in Comprehensive Pediatric Nursing, 29, Hlm 103-125
- Quintiliani, Livia, et al. "Resilience and psychological impact on Italian university students during COVID-19 pandemic. Distance learning and health." Psychology, Health & Medicine (2021): 1-12.
- Ormrod, Jeanne. Ellis, 2008, Psikologi Pendidikan: Membantu Siswa Tumbuh dan Berkembang. Edisi Keenam. Jilid 1. Alih Bahasa: Wahyu Indianti, Eva Septiani, Airin Y. Saleh, dan Puji Lestari, Jakarta: Erlangga.
- Rutter M. (2006). Implications of resilience concepts for scientific understanding. Annals New York Academy of Science, 1094, 1-12.
- Rahamma Alimuddin, Tawany, & Najib M, 2015, intensitas Penggunaan E Learning Dalam Menunjang Pembelajaran Mahasiswa Program Sarjana di Universitas Hasanuddin, Jurnal Komunikasi KAREBA 4 (4).
- Rachmat Novia Ayu Puspita & Rusmawati Diana, 2018, Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Taruna Akademi Kepolisian Semarang, Jurnal Empati, 7 (3).
- Rachmah Dwi Nur, 2015. Regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa yang memiliki peran banyak. Jurnal Psikologi UGM, 42(1), 61-77
- Sugiyono, 2005, Memahami Penelitian Kualitatif, Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono, 2015, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D, Bandung: Alfabeta.

- Sujarwo & Basrowi, 2009, *Metode Penelitian Sosial*, Bandung, Mandar Maju.
- Setiawan Aldi, 2017, Implementasi Optical Character Recognition (OCR) Pada Mesin Penerjemah Bahasa Indonesia ke Bahasa Inggris, *Jurnal Sistem dan Teknologi Informasi (JustIN)* 5 (2).
- SKB empat Menteri No. 03/KB 2020, No. 612 Tahun 2020, No. HK. 01. 08/Menkes/502/2020, No. 119/4536/SJ.
- Sugiyono, 2015, *Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Bandung: Alfabeta.
- Santrock Jhon. W, 2009, *Educational psychology* (ed.4). (New York: The McGraw-Hill Companies.
- Sudarsani, Luh, Ni Luh Putu Shinta Devi, and I. Gusti Ngurah Juniarta. "Hubungan Stres Akademik Dengan Depresi Pada Siswa Mipa di SMAN 4 Denpasar,
- Papalia D. E. W Feldman, S., & R. D, 2001, *Perkembangan Manusia*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Periantalo Jelpa, 2016, *Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Purwanto Agus, Dkk, 2020, Studi Eksploratif Pandemic Covid-19 Terhadap Proses Pembelajaran Online di Sekolah Dasar, *Journal of Education, Psychology and Counseling*, 2 (1).
- Pendit Putu Laxman, 2003, *Penelitian Perpustakaan dan Informasi: Sebuah Pengantar Diskusi Epistemology dan Metodology*, Jakarta: JIP-FSUI, 2003.