

HUBUNGAN METAKOGNISI DENGAN RESILIENSI AKADEMIK MAHASISWA YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI

SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh

BARET RANTE
NIM. 21006050

**DEPARTEMEN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2026**

PERSETUJUAN SKRIPSI

Hubungan Metakognisi dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa yang
sedang Menyusun Skripsi

Nama : Baret Rante
NIM/BP : 21006050
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 2 Februari 2026

Disetujui oleh:

Kepala Departemen Bimbingan dan Konseling,



Dr. Zadrian Ardi, M.Pd., Kons
NIP. 199006012015041002

Pembimbing,



Dr. Zadrian Ardi, M.Pd., Kons
NIP. 199006012015041002

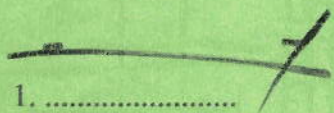
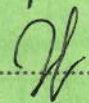
PENGESAHAN TIM PENGUJI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji
Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan,
Universitas Negeri Padang

Judul : Hubungan Metakognisi dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi
Nama : Baret Rante
NIM : 21006050
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 2 Februari 2026

Tim Penguji,

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Dr. Zadrian Ardi, M.Pd., Kons.	1. 
2. Anggota	: Dr. Lisa Putriani, M.Pd., Kons.	2. 
3. Anggota	: Dr. Miftahul Fikri, M.Pd.	3. 

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Baret Rante

NIM/BP : 21006050

Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Ilmu Pendidikan

Judul : Hubungan Metakognisi dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul "Hubungan Metakognisi dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi" ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak ada paksaan.

Padang, 2 Februari 2026
Saya yang menyatakan,



Baret Rante
NIM. 21006050

ABSTRAK

Baret Rante. 2026. Hubungan Metakognisi dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi. Skripsi. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Padang.

Penyusunan skripsi menuntut mahasiswa menghadapi berbagai tekanan akademik yang memerlukan kemampuan resiliensi agar mampu bertahan dan menyelesaikan tugas secara efektif. Salah satu faktor internal yang diduga berperan dalam resiliensi akademik adalah metakognisi, yaitu kemampuan mengelola dan mengontrol proses berpikir selama belajar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara metakognisi dan resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Populasi penelitian berjumlah 1.008 mahasiswa, dengan sampel sebanyak 286 mahasiswa yang ditentukan menggunakan rumus Slovin dan teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian berupa skala metakognisi dan skala resiliensi akademik. Data dianalisis menggunakan analisis deskriptif dan uji korelasi *Product Moment Pearson*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa metakognisi dan resiliensi akademik mahasiswa berada pada kategori tinggi. Hasil uji korelasi menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara metakognisi dan resiliensi akademik dengan nilai $r = 0,433$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang berada pada kategori sedang.

Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara metakognisi dan resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Semakin baik metakognisi mahasiswa, semakin tinggi pula resiliensi akademik yang dimiliki. Temuan ini memiliki implikasi penting dalam bidang Bimbingan dan Konseling, khususnya sebagai dasar bagi konselor atau lembaga unit pelayanan bimbingan dan konseling dalam merancang layanan bimbingan dan konseling yang berfokus pada pengembangan keterampilan metakognitif guna meningkatkan resiliensi akademik mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi.

Kata kunci: metakognisi, resiliensi akademik, mahasiswa, skripsi.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat, hidayah dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan proposal penelitian yang berjudul **“Hubungan Metakognisi dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi”** ini sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan pada Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang.

Peneliti mendapatkan banyak bantuan, masukan, dan nasihat dari berbagai pihak dalam menyelesaikan proposal penelitian ini. Oleh karena itu, peneliti menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Zadrian Ardi, M.Pd., Kons. selaku Dosen Pembimbing sekaligus Kepala Departemen Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang yang telah meluangkan waktu dalam membimbing, memberikan arahan dan masukan serta ilmu yang begitu berarti bagi peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan proposal penelitian ini.
2. Ibu Dr. Lisa Putriani, M.Pd., Kons., dan Bapak Dr. Miftahul Fikri, M.Pd. selaku Dosen Kontributor yang telah memberikan saran dan masukan, yang berharga dalam penulisan skripsi ini.
3. Bapak dan Ibu dosen Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmu pengetahuan yang bermanfaat bagi peneliti selama masa perkuliahan.
4. Bapak Ramadi selaku Staf Tata Usaha (TU) Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang yang telah

memberikan pelayanan terbaik demi kelancaran administrasi dalam rangka penyelesaian skripsi ini.

5. Kedua orang tua tercinta Ayah dan Mama (Bapak Elfian dan Ibu Dahliawati), yang telah memberikan kesempatan dan kepercayaan untuk melanjutkan pendidikan dan senantiasa selalu memberikan doa, dukungan materi, serta kasih sayang tanpa batas untuk peneliti.
6. Saudara (Rana Hidayat, Robin Samora) yang selalu membantu secara emosional serta memberikan support dan semangat selama berproses perkuliahan.
7. Kepada sahabat dan teman-teman seperjuangan Bimbingan dan Konseling 2021 yang telah kebersamai, berjuang, bekerja sama, memberikan ide, saran serta masukan dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Semua pihak terlibat yang tidak dapat peneliti sebutkan satu per satu yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.

Peneliti mengharapkan masukan dan saran yang membangun dari berbagai pihak guna menyempurnakan segala kekurangan dalam penulisan skripsi ini.

Padang, 2 Februari 2026

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK.....	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah Penelitian.....	5
C. Pembatasan Masalah Penelitian.....	5
D. Rumusan Masalah Penelitian.....	6
E. Asumsi Penelitian	6
F. Tujuan Penelitian	6
G. Manfaat Penelitian	7
BAB II LANDASAN TEORI.....	8
A. Kajian Pustaka	8
1. Resiliensi Akademik	8
a. Definisi Resiliensi Akademik.....	8
b. Dimensi Resiliensi Akademik	10
c. Faktor yang Mempengaruhi Resiliensi Akademik.....	12
d. Aspek-Aspek Resiliensi Akademik	14
2. Metakognisi.....	21
a. Pengertian Metakognisi.....	21
b. Aspek-Aspek Metakognisi.....	25
B. Penelitian Relevan	29
C. Kerangka Konseptual.....	31
D. Hipotesis Penelitian	31
BAB III METODE PENELITIAN	33
A. Desain Penelitian	33
B. Populasi dan Sampel.....	34

C. Jenis dan Sumber Data.....	36
D. Definisi Operasional	36
E. Instrumen dan Pengembangannya	37
F. Teknik Pengumpulan Data.....	40
G. Teknik Analisis Data	42
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	47
A. Hasil Penelitian	47
1. Deskripsi Resiliensi Akademik.....	47
a. Kompetensi Sosial	49
b. Otonomi	51
c. Kesadaran Akan Tujuan Masa Depan	54
2. Deskripsi Metakognisi	56
a. Pengetahuan Metakognitif	58
b. Pengalaman atau pengaturan Metakognitif.....	60
3. Pengujian Prasyarat Analisis	62
a. Uji Normalitas	63
b. Uji Linearitas.....	64
c. Pengujian Hipotesis	65
B. Pembahasan Hasil Penelitian	66
1. Resiliensi Akademik	66
2. Metakognisi.....	70
3. Keterkaitan Metakognisi dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi.....	72
C. Keterbatasan Penelitian.....	74
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI	76
A. Kesimpulan	76
B. Implikasi	77
C. Rekomendasi.....	78
DAFTAR RUJUKAN	81
LAMPIRAN.....	87

DAFTAR TABEL

	Page
Tabel 1. Data Populasi Penelitian	34
Tabel 2. Penskoran Resiliensi Akademik	38
Tabel 3. Penskoran Metakognisi	38
Tabel 4. Kisi-Kisi Instrumen Metakognisi	39
Tabel 5. Kisi-Kisi Instrumen Resiliensi Akademik	39
Tabel 6. Interval Metakognisi	42
Tabel 7. Interval Metakognisi Aspek Pengetahuan Metakognitif	43
Tabel 8. Interval Metakognisi Aspek Pengalaman/Pengaturan Metakognitif	43
Tabel 9. Interval Resiliensi Akademik	43
Tabel 10. Interval Resiliensi Akademik Aspek Kompetensi Sosial	44
Tabel 11. Interval Resiliensi Akademik Aspek Otonomi	44
Tabel 12. Interval Resiliensi Akademik Aspek Kesadaran Tujuan Masa Depan	44
Tabel 13. Interpretasi Nilai Koefisien Korelasi	46
Tabel 14. Distribusi Frekuensi dan Persentase Resiliensi Akademik secara keseluruhan (n=286)	47
Tabel 15. Distribusi Capaian Resiliensi Akademik secara keseluruhan (n=286)	47
Tabel 16. Deskripsi Resiliensi Akademik berdasarkan Aspek Kompetensi Sosial	49
Tabel 17. Deskripsi Resiliensi Akademik berdasarkan Aspek Otonom	51
Tabel 18. Deskripsi Resiliensi Akademik Berdasarkan Aspek Kesadaran Akan Tujuan Masa Depan	54
Tabel 19. Distribusi Frekuensi dan Metakognisi secara keseluruhan (n=286)	Error! Bookmark not defined.
Tabel 20. Deskripsi Capaian Metakognisi secara keseluruhan (n=286)	Error!
Bookmark not defined.	
Tabel 21. Deskripsi Metakognisi berdasarkan Aspek Metacognitive Knowledge (Pengetahuan Metakognitif)	58
Tabel 22. Deskripsi Metakognisi berdasarkan Aspek Metacognitive Experience or Regulation (Pengalaman atau pengaturan Metakognitif)	60

Tabel 23. Hasil Uji Normalitas	63
Tabel 24. Hasil Uji Linearitas	64
Tabel 25. Hasil Uji Product Moment Correlation.....	65

DAFTAR GAMBAR

	Page
Gambar 1. Kerangka Konseptual	31

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Skripsi adalah syarat terakhir yang harus dihadapi mahasiswa untuk mencapai gelar sarjana (Ichwana, Saleh, & Marsa 2022). Skripsi merupakan salah satu bukti kemampuan akademik mahasiswa, skripsi merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana (Sari & Haryati, 2023). Fase penyusunan skripsi, membuat mahasiswa mengalami masalah dan kesulitan (Annisah & Nurfarhanah, 2024). Setiap mahasiswa memiliki masalah dan kesulitan yang berbeda-beda, berkaitan dengan tuntutan dan tekanan yang dihadapi di perguruan tinggi (Sari & Indrawati, 2016). Sehingga mahasiswa harus mampu menghadapi berbagai tantangan dan hambatan dalam pengerjaan skripsi agar dapat lulus dari perguruan tinggi.

Martin (2013), menyatakan bahwa setiap mahasiswa mengalami hal yang sulit dihadapi seperti mendapat tekanan, tantangan, atau mendapatkan hasil ujian yang buruk. Tekanan, tantangan, dan hasil ujian yang buruk ini akan menjadikan banyaknya kasus-kasus dari kalangan mahasiswa seperti stres, depresi, ataupun paling buruknya itu adalah bunuh diri.

Fadillah (2013), dalam penelitiannya menyatakan bahwa stres yang dialami mahasiswa yang mengerjakan skripsi termasuk ke dalam kategori tinggi. Artinya, tingginya tingkat stress dalam proses pengerjaan skripsi, mahasiswa merasakan kesulitan-kesulitan seperti kurangnya motivasi dalam menyelesaikan skripsi, kesulitan dalam bimbingan skripsi serta rasa tidak

percaya diri dalam menyelesaikan skripsi, kemudian menentukan variabel yang cocok untuk fenomena tersebut, merasa tidak dapat atau belum maksimal dalam mencari referensi jurnal maupun buku yang ingin digunakan, kurangnya pengetahuan mengenai variabel dan fenomena yang terjadi yang mana membuat mahasiswa lambat dalam menentukan judul skripsi serta memperlambat proses mengerjakan skripsi yang seharusnya dapat selesai dalam satu semester.

Karena adanya permasalahan dan tuntutan yang dihadapi oleh mahasiswa, maka mahasiswa yang sedang menyusun skripsi hendaknya perlu memiliki kemampuan untuk bertahan ketika berada dalam keadaan yang penuh tekanan dan tantangan. Kemampuan ini dikenal sebagai ketahanan psikologis atau resiliensi. Resiliensi adalah kemampuan individu untuk dapat beradaptasi dan pulih dari situasi sulit atau faktor risiko yang datang dalam hidup individu tersebut (Lubis 2024). Resiliensi merupakan suatu usaha beradaptasi dengan baik terhadap keadaan yang menekan, sehingga mampu pulih dan berfungsi optimal serta mampu melalui kesulitan (Missasi & Izzati, 2019; Reivich & Shatte, 2002).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan 10 mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di FIP dan FT UNP pada tanggal 20 dan 28 Juli 2025 serta 18 September 2025 terdapat kendala dalam mengerjakan skripsi seperti, bimbingan terlalu lama, kurangnya motivasi, kehilangan kepercayaan diri, sulitnya menemui dosen karena jadwal dosen yang padat, serta seringnya pergantian topik skripsi. Kendala-kendala tersebut membuat mahasiswa

mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan skripsi dan akhirnya lulus tidak tepat waktu. Hal tersebut menunjukkan bahwa kurangnya resiliensi akademik khususnya dalam pengerjaan skripsi terutama pada mahasiswa akhir (Rahman & Phillips, 2020). Dalam menyelesaikan skripsi tersebut, mahasiswa akhir yang sedang menyusun skripsi seharusnya dapat terus bangkit dari permasalahan tersebut, sehingga dibutuhkan resiliensi dalam diri untuk dapat menyelesaikan skripsi dan lulus dari perkuliahan (Rini, Majorsy, & Hapsari, 2024).

Resiliensi sebagai kemampuan individu untuk menghadapi tantangan hidup memiliki berbagai ciri ciri yang dapat dipertahankan salah satunya adalah memiliki kemampuan metakognisi atau keterampilan untuk memantau, mengontrol dan merefleksi dalam proses belajarnya (Syukur, Putra, Ardi, & Mardian, 2024). Metakognisi adalah Suatu kemampuan yang dimiliki guna memudahkan individu untuk mengendalikan permasalahan pada dirinya sendiri dengan menggunakan akal sehat (logika berpikir) serta menggunakan cara lainnya yaitu meminta bantuan kepada individu lain serta memiliki faktor penguat dan pendukung untuk memecahkan permasalahan yang sedang dihadapinya (Septiana, 2021).

Ismael (2015) mengemukakan bahwa metakognisi adalah pengetahuan, kesadaran, dan kontrol terhadap proses kognitif. Sementara itu metakognisi merujuk pada cara untuk meningkatkan kesadaran mengenai proses belajar dan berpikir yang dilakukan oleh kesadaran dan akan terwujud apabila seseorang dapat mengawal proses berpikirnya dengan merencanakan,

memantau, dan mengevaluasi aktivitas berpikirnya sendiri (Fitri & Putra 2022). Pendapat selanjutnya mengatakan bahwa seseorang perlu menyadari kekurangan dan kelebihan yang dimilikinya sehingga dapat diartikan bahwa metakognisi adalah suatu bentuk kemampuan untuk melihat pada diri sendiri sehingga apa yang dia lakukan dapat terkontrol secara optimal (Munir, 2018). Metakognisi merupakan suatu kemampuan seseorang dimana orang tersebut mencoba memahami cara berpikirnya dengan memahami proses kognisi yang dilakukan dengan melibatkan komponen-komponen perencanaan (*functional planning*), pengontrolan (*self-monitoring*), dan evaluasi (*self evaluation*) dalam rangka menyelesaikan masalah yang dihadapinya (Panggayuh, 2017).

Penelitian yang dilakukan oleh Nicholas (2020) ditemukan bahwa adanya pengaruh metakognisi terhadap resiliensi akademik sebesar 15%, semakin tinggi metakognisi seseorang maka semakin tinggi pula resiliensi yang dimiliki mahasiswa begitu juga sebaliknya, semakin rendah metakognisi maka semakin rendah resiliensi yang dimiliki mahasiswa, sehingga berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti di atas dapat diketahui bahwa metakognisi memiliki peranan yang signifikan dengan resiliensi mahasiswa dalam proses akademiknya.

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat diketahui bahwa metakognisi dan resiliensi dapat mengatasi masalah-masalah yang dirasakan mahasiswa yang diberikan dan membantu mahasiswa untuk tetap sukses dalam menyelesaikan tanggung jawabnya sebagai mahasiswa tingkat akhir untuk menyelesaikan skripsi. Hal ini juga didukung dengan penelitian sebelumnya yang telah

dipaparkan, namun masih minim ditemukan penelitian mengenai pengaruh metakognisi terhadap resiliensi pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk meneliti apakah ada hubungan metakognisi dengan resiliensi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

B. Identifikasi Masalah Penelitian

Berdasarkan paparan pada latar belakang, maka dikemukakan urgensi masalah yang diteliti serta faktor-faktor hubungan antara metakognisi dan resiliensi akademik. Untuk ini peneliti perlu melakukan kajian teori dan melakukan analisis sehingga didapat variabel-variabel yang diduga berkaitan dengan masalah penelitian. Maka dapat didefinisikan sejumlah gejala yang dapat dijadikan masalah dan perlu diteliti berkaitan dengan penelitian sebagai berikut:

1. Beberapa mahasiswa merasa kurangnya motivasi dalam menyelesaikan skripsi.
2. Beberapa mahasiswa menghadapi kesulitan dalam bimbingan skripsi.
3. Beberapa mahasiswa merasa tidak percaya diri mampu menyelesaikan skripsi.

C. Pembatasan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dipaparkan sebelumnya, maka pembahasan akan dibatasi pada Metakognisi mahasiswa dan Resiliensi Akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di FIP dan FT Universitas Negeri Padang.

D. Rumusan Masalah Penelitian

Rumusan masalah dalam penelitian ini, adalah:

1. Bagaimana gambaran resiliensi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di FIP dan FT UNP?
2. Bagaimana gambaran metakognisi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di FIP dan FT UNP?
3. Apakah ada hubungan metakognisi terhadap resiliensi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi?

E. Asumsi Penelitian

Penelitian ini dilandasi dengan asumsi sebagai berikut:

1. Resiliensi merupakan kemampuan yang penting dimiliki oleh setiap mahasiswa.
2. Kemampuan mahasiswa dalam menghadapi masalah dan tekanan berkaitan dengan resiliensi.
3. Resiliensi dapat meningkat dan menurun dipengaruhi oleh berbagai faktor dari diri dan dari lingkungan.

F. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mendeskripsikan tingkat resiliensi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di FIP dan FT UNP.
2. Mendeskripsikan gambaran Metakognisi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di FIP dan FT UNP.
3. Mengetahui lebih lanjut terkait Hubungan metakognisi terhadap resiliensi

mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

G. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan serta menambah wawasan akademik tentang pengaruh metakognisi terhadap resiliensi. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan metakognisi dan resiliensi mahasiswa.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Orang Tua

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada orangtua mengenai pentingnya keterlibatan aktif untuk meningkatkan resiliensi mahasiswa.

b. Bagi Konselor

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam merancang program bimbingan dan konseling yang mendukung resiliensi mahasiswa.

c. Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan atau dasar penelitian lanjutan yang terkait dengan metakognitif dan resiliensi mahasiswa terutama yang sedang menyusun skripsi.

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan terhadap 286 mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan dan Fakultas Teknik yang sedang menyusun skripsi, dapat ditarik beberapa simpulan sebagai berikut.

1. Resiliensi akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi berada pada kategori sangat positif. Sebagian besar mahasiswa memiliki resiliensi akademik kategori tinggi (61,54%) dan sangat tinggi (38,46%), tanpa adanya mahasiswa pada kategori sedang, rendah, maupun sangat rendah. Hal ini menunjukkan kemampuan mahasiswa yang baik dalam menghadapi tekanan akademik serta mempertahankan motivasi penyelesaian skripsi.

2. Tingkat metakognisi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi berada pada kategori sangat baik. Mayoritas mahasiswa memiliki metakognisi kategori tinggi (77,97%) dan sangat tinggi (21,33%), sementara hanya sebagian kecil berada pada kategori sedang (0,70%). Temuan ini mengindikasikan bahwa mahasiswa memiliki kesadaran dan pengelolaan proses berpikir yang efektif dalam kegiatan penelitian.

3. Terdapat hubungan positif antara metakognisi dan resiliensi akademik mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi. Semakin tinggi kemampuan metakognisi mahasiswa, semakin tinggi pula tingkat resiliensi akademiknya dalam menghadapi berbagai tantangan akademik.

B. Implikasi

1. Implikasi Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini memperkuat pemahaman tentang faktor-faktor psikologis yang berperan dalam keberhasilan akademik mahasiswa, khususnya dalam konteks penyusunan tugas akhir. Hasil penelitian ini mendukung teori metakognisi yang dikemukakan oleh Flavell (1979) dan teori resiliensi akademik dari Cassidy (2016), serta memberikan bukti empiris tentang keterkaitan antara kedua konstruk tersebut. Temuan ini juga memperkaya literatur tentang *self-regulated learning*, yang menekankan pentingnya kesadaran dan pengaturan diri dalam proses pembelajaran yang kompleks.

Penelitian ini memberikan kontribusi pada pengembangan model teoretis yang menjelaskan bagaimana keterampilan metakognitif dapat berfungsi sebagai mekanisme protektif yang meningkatkan resiliensi akademik mahasiswa. Pemahaman ini membuka peluang untuk pengembangan teori yang lebih integratif tentang faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kesuksesan akademik mahasiswa dalam menghadapi tugas-tugas yang menantang.

2. Implikasi Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini memberikan beberapa implikasi penting bagi berbagai pihak yang terlibat dalam proses pendidikan tinggi.

Bagi institusi pendidikan tinggi, temuan ini menggarisbawahi pentingnya mengembangkan program-program yang dirancang untuk

meningkatkan keterampilan metakognitif dan resiliensi akademik mahasiswa. Program orientasi akademik, pelatihan keterampilan belajar, dan workshop manajemen penelitian dapat diintegrasikan dengan pengembangan keterampilan metakognitif agar mahasiswa lebih siap menghadapi tantangan penyusunan skripsi.

Bagi layanan bimbingan dan konseling di kampus, temuan ini dapat menjadi dasar untuk mengembangkan program intervensi yang spesifik untuk membantu mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam menyusun skripsi. Program-program seperti pelatihan strategi metakognisi, bimbingan kelompok, atau konseling individu dapat dirancang untuk meningkatkan resiliensi akademik mahasiswa.

Bagi mahasiswa sendiri, hasil penelitian ini memberikan pemahaman bahwa kemampuan untuk merefleksikan dan mengatur proses belajar mereka sendiri sangat penting untuk kesuksesan dalam menyelesaikan skripsi. Mahasiswa dapat secara aktif mengembangkan keterampilan metakognitif mereka melalui praktik refleksi diri, perencanaan yang sistematis, dan evaluasi berkala terhadap kemajuan penelitian mereka.

C. Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan, dan simpulan yang telah diuraikan, peneliti mengajukan beberapa rekomendasi sebagai berikut:

1. Bagi Institusi Pendidikan Tinggi

Institusi pendidikan tinggi perlu mengembangkan program yang sistematis untuk meningkatkan keterampilan metakognisi dan resiliensi

akademik mahasiswa sejak awal masa studi. Program ini dapat berupa mata kuliah khusus tentang metodologi penelitian yang tidak hanya fokus pada aspek teknis, tetapi juga mengembangkan kemampuan mahasiswa dalam merencanakan, memonitor, dan mengevaluasi proses penelitian mereka. Selain itu, institusi dapat menyediakan workshop atau pelatihan berkala tentang manajemen waktu, strategi belajar efektif, dan teknik mengatasi stres akademik yang dapat membantu mahasiswa membangun resiliensi mereka.

2. Bagi Unit Layanan Bimbingan dan Konseling

Unit layanan bimbingan dan konseling di kampus disarankan untuk mengembangkan program intervensi khusus bagi mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam menyusun skripsi. Program ini dapat berupa konseling individu, bimbingan kelompok atau pelatihan keterampilan khusus seperti manajemen stres dan manajemen pengembangan resiliensi. Layanan konseling juga dapat mengintegrasikan pendekatan yang berfokus pada peningkatan metakognisi sebagai strategi untuk membantu mahasiswa mengatasi hambatan akademik mereka.

3. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa disarankan untuk secara aktif mengembangkan keterampilan metakognisi mereka melalui praktik refleksi diri yang rutin. Mahasiswa dapat membuat jurnal penelitian yang tidak hanya mencatat kemajuan penelitian, tetapi juga merefleksikan strategi yang digunakan, hambatan yang dihadapi, dan pembelajaran yang diperoleh. Mahasiswa

juga perlu menyadari pentingnya membangun jaringan dukungan sosial dengan teman sejawat, dosen pembimbing, dan keluarga untuk memperkuat resiliensi akademik mereka.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti yang tertarik untuk mengembangkan penelitian ini lebih lanjut, disarankan untuk melakukan penelitian longitudinal yang dapat mengamati perkembangan metakognisi dan resiliensi akademik mahasiswa sepanjang proses penyusunan skripsi. Penelitian selanjutnya juga dapat mengeksplorasi variabel-variabel lain yang mungkin berperan sebagai mediator atau moderator dalam hubungan antara metakognisi dan resiliensi akademik, seperti dukungan sosial, efikasi diri, atau gaya bimbingan dosen. Selain itu, penelitian eksperimental yang menguji efektivitas program intervensi untuk meningkatkan metakognisi dan resiliensi akademik juga sangat direkomendasikan untuk memberikan bukti empiris tentang strategi-strategi yang paling efektif dalam membantu mahasiswa menyelesaikan skripsi mereka.

DAFTAR RUJUKAN

- Abigail, Soesana, Hani Subakti, Karwanto, Anisa Fitri, Sony Kuswandi, Lena Sastri, Ilham Falani, Novita Aswan, Ferawati Artauli Hasibuan, and Hana Lestari. (2023). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Alwisol. (2014). *Psikologi Kepribadian* (Edisi Revisi). Malang: UMM Press.
- Annisah, R., & Nurfarhanah. (2024). Hubungan *Self-Compassion* dengan Resiliensi mahasiswa akhir FIP UNP. *Journal of Mister*, 1(4), 2460-2471.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. (Edisi Revisi). Jakarta: Rineka Cipta.
- Benard, B. (1991). *Fostering resiliency in kids: Protective factors in the family, school, and community*. San Francisco: WestEd Regional Educational Laboratory.
- Benard, B. (2004). *Resiliency What We Have Learned*. Edisi pertama. San Francisco: West Ed.
- Brown, A. (1987). Metacognition, executive control, self-regulation, and other more mysterious mechanisms. *Metacognition, motivation, and understanding Journal*, 65-116.
- Chairani, Z. (2016). *Metakognisi Siswa dalam Pemecahan Masalah Matematika*. Yogyakarta: Deepublish.
- Corsini, R. J. (2002). *Dictionary of Psychology*. Great Britain: Brunner- Routledge.
- Desoete, A., Herbert R., & Ann B. (2001). Metacognition And Mathematical Problem Solving in Grade 3. *Jurnal Of Learning Disabilities*, 34(5), 435-449.
- Egeland, B. (2004). Attachment-Based Intervention and Prevention Programs for Young Children. *Encyclopedia on Early Childhood Development*, 1–8.
- Fadillah, A. E. R. (2013). Stres dan Motivasi Belajar pada Mahasiswa Psikologi Universitas Mulawarman yang Sedang Menyusun Skripsi. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(3).
- Fau, Ita Nitulo Barasi. (2024). Psikologi Ketahanan Membangun Daya Tahan Psikologis. *Circle Archive* 1(4):1–12.

- Fauziana, A. (2008). *Identifikasi karakteristik metakognisi siswa dalam memecahkan masalah matematika dikelas VIII-F SMP N 1 Gresik*. Skripsi. Surabaya: UNESA.
- Fitri, H. U., & Kushendar. (2019). Konseling Kelompok Cognitive Restructuring untuk Meningkatkan Resiliensi Akademik Mahasiswa. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 1(2), 67–74.
- Fitri, Afra Asysyaa, & Amalia Putra. (2022). “Peranan Strategi Metakognitif Dalam Meningkatkan Kemampuan Berfikir Siswa Dan Penerapannya Dalam Pembelajaran Fisika.” *PAKAR Pendidikan* 20(2):65–76.
- Febriyanto, Fery Citra, & Nisak Ruwah Ibnatur Husnul. (2020). Analisis Kebiasaan Belajar Mahasiswa yang Aktif Organisasi Maupun Bekerja dengan IPK Cumlaude di Perguruan Tinggi Jakarta dan Depok. *Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian Dan Kajian Kepustakaan Di Bidang Pendidikan, Pengajaran Dan Pembelajaran* 6(3):532–45.
- Flavell. J. (1979). Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive-development inquiry. *Psychology*, 34(10), 906–911.
- Gizir, C. A. (2004). *Academic Resilience: Factors Contributing to the Academic Achievement of Eighth Grade College students in Poverty*. Thesis. The Department of Educational Sciences.
- Grotberg, E. H. (1999). *Taping Your Inner Strength: How to Find the Resilience to Deal with Anything*. Oakland, CA: New Harbinger Publications, Inc.
- Henderson, N., & Milstein, M. M. (2003). *Resiliency in Schools Making It Happen for College students and Educators*. California: Corwin Press.
- Hendriani, W. (2019). *Resiliensi Psikologis: Sebuah Pengantar*. Prenadamedia Group.
- Husamah, & Yanur, S., (2013), *Desain Pembelajaran Berbasis Pencapaian Kompetensi Panduan Merancang Pembelajaran untuk Mendukung Implementasi Kurikulum 2013*. Jakarta: Prestasi Pustaka Publisher.
- Ichwana, Wulan Nur, Syarbaini Saleh, & Yummy Jumiati Marsa. (2022). Motif Mahasiswa dalam Menggunakan Jasa Pembuat Skripsi di Perguruan Tinggi. *Munaddhomah: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam* 3(3):264– 71.
- Ismael, H.A. (2015). The Role of Metacognitive Knowledge in Enchanung Learners Autonomy. *Internastional Journal of Language and Linguistics*, 2(4), 95-102.

- Jacob, C (2003). Mengajar Keterampilan Metakognitif dalam Rangka Upaya Memperbaiki dan Meningkatkan Kemampuan Belajar Matematika. *Jurnal Matematika, Aplikasi, dan Pembelajarannya*. 2 (1), 17-18.
- Kaplan, H. I., Sadock, B. J., & Grebb, J. A. (1997). *Sinopsis Psikiatri, Ilmu Pengetahuan Prilaku Psikiatri Klinis (Edisi ke-7, Jilid ke-1), Terjemahan*. Jakarta: Binarupa Aksara.
- Kuntjojo. (2009). Metakognisi dan keberhasilan peserta didik. *Diakses Online*.
- Laurens, T. (2010). Penjenjangan Metakognisi Siswa yang Valid dan. Reliabilitas. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 17 (2), 201-213.
- Lubis, Ayu Hayati, and others. (2024). Resiliensi: Kemampuan Beradaptasi Dan Bertahan Dalam Menghadapi Tantangan Hidup Yang Sulit. *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Konseling* 2(3):1203–8.
- Margono, S. (2004). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Martin, A. J., & Marsh, H. W. (2008). Academic Buoyancy: Towards an Understanding of College 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, 488-500.
- McDevitt, T & Ormrod, J.E. (2002). *Child Development and Education*. New Jersey: Pearson Education.
- Misbahudin, & Hasan, I. (2013). *Analisis Data Penelitian dengan Statistik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Missasi, V., & Izzati, I. D. C. (2019). *Faktor – faktor yang mempengaruhi resiliensi*. 433–441.
- Munir, N. P. (2018). Pengaruh Kesadaran Metakognitif terhadap Motivasi Belajar dan Kaitannya dengan Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas XI SMA Negeri di Kota Pare-Pare. *Al-Khwarizmi: Jurnal Pendidikan Matematika Dan Ilmu Pengetahuan Alam*, 4(2), 118-128.
- Nasution. S. (2017). *Berbagai Pendekatan dalam proses belajar mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Nasution, Leni Masnidar. (2017). Statistik Deskriptif. *Jurnal Hikmah* 14(1): 49–55.

- Nicholas, J. (2020). From social distancing to social containment reimagining sociality for the coronavirus pandemic. *Diakses Online*
- Nursalim, M. (2013). *Pengembangan Media Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Akademia.
- Pambudhi, Y. A., Suarni, W., & Rudin, A. (2021). Motivasi Mahasiswa Tingkat Akhir dengan Kecemasan Mendapatkan Pekerjaan. *Jurnal Pendidikan*, 2(1), 32–41.
- Panggayuh, Vertika. (2017). Pengaruh Kemampuan Metakognitif Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Pada Mata Kuliah Pemrograman Dasar. *JIPPI (Jurnal Ilmiah Penelitian Dan Pembelajaran Informatika)* 2(1).
- Prayitno, & Amti, E. (2015). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno. (2021). *Landasan dan Arah Konseling Profesional Konseling Adalah Pendidikan*. Depok: Raja Grafindo.
- Quinton, S., Canhoto, A., Molinillo, S., Pera, R., & Budhathoki, T. (2018). Conceptualising a digital orientation: antecedents of supporting SME performance in the digital economy. *Journal of Strategic Marketing*, 26(5), 427–439.
- Rahman, S., & Phillips, J.A. (2020). Hubungan antara Kesadaran Metakognisi, motivasi, dan pencapaian akademik pelajar university. *Jurnal Pendidikan*, 31, 21-39.
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor: 7 Keys to Finding Your Inner Strength and Overcome Life's Hurdles*. New York: Broadway Books.
- Richardson, G. E., Neiger, B. L., Jensen, S., & Kumpfer, K. (1990). The resiliency model. *Journal of Health Education*, 27(6), 33-39.
- Ridwan, A. (2015). *Pembelajaran Saintifik untuk Implementasi Kurikulum (2013)*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Ringer, F. (1997). *Weber's Methodology*. Cambridge: Harvard University Press.
- Sari, J. F., & Haryati, A. (2023). Hubungan Antara Religiusitas Dengan Coping Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Bki Di Uinfas Bengkulu. *Jurnal At-Taujih: Bimbingan dan Konseling Islam*, 6(2), 1-16.

- Rini, Q. K., Majorsy, U., & Hapsari, R.M. (2024). Hubungan Metakognisi, Efikasi Diri Akademik dan Prestasi Akademik pada mahasiswa. *Prosiding PESAT (Psikologi, Ekonomi, Sastra, Arsitektur, & Teknik Sipil)*, 6, 66-71
- Sari, P. K. P., & Indrawati, E. S. (2016). The Relationship Between Peer Social Support and Academic Resilience in Final Year College students Majoring Faculty of Engineering, Diponegoro University. *Empati Journal*, 5(4), 177-182.
- Schraw Gregory & Dennison Rayne Sperling. (1994). Assessing Metacognitive Awareness. *Contemporary Educational Psychology Volume 19, Issue 4*. 460-475.
- Septiana, N. Z. (2021). Hubungan antara Stres Akademik dan Resiliensi Akademik Siswa Sekolah Dasar di Masa Pandemi Covid-19. *Journal of Primary Education*, 2(1), 49-64.
- Siyoto, S., & Sodik, M. A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Siregar, Alfin, Nurhayani, and Niswatul Baroroh. (2024). "Upaya Meningkatkan Resiliensi Akademik Mahasiswa Prodi BKPI Melalui Layanan Informasi." 6(1):24–37.
- Stephen, S., & George E.V. (1999). The Big Five Personality Traits and the Life Course: A 45-Year Longitudinal Study. *Study of Adult Development, Harvard Medical School*. 6(4), 34-41.
- Sugiyono, D. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suherman. (2015). Pengaruh berpikir kreatif terhadap kemampuan memecahkan masalah matematika. *Prosiding Seminar Nasional Matematika dan Pendidikan Matematika UIN Raden Intan Lampung*.
- Syukur, Y., Putra, A.H., Ardi, Z., & Mardian, V. (2024). The Relationship among Academic Self-Efficacy, Academic Resilience, and Academic Flow: The Mediating Effect of Intensity Using Learning Management System. *International Journal on Informatics Visualization*, 8(2), 1010-1016.
- Ulfah, S. H. (2010). Efikasi Diri Mahasiswa yang bekerja pada saat penyusunan skripsi. *Jurnal Proyeksi*, 2(1), 14-25.
- Winarsunu, T. (2002). *Statistik Dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan*. Malang: UMM Press.

- Wedyaswari, M., Susiati, E., & Yuanita, R. A. (2021). Why am I Doing My Thesis? An Explorative Study on Factors of Undergraduate Thesis Performance in Indonesia. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 10(2), 351.
- Werner, E. & Smith, R. (1991) *Overcoming the odds: High risk children from birth to adulthood*. New York: Cornell University Press.
- Yusuf, A. M. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan Penelitian Gabungan*. Jakarta: Prenada Media.