

## ***Predictor Of Academic Buoyancy Factor In Students***

**Rara Eka Putri<sup>1</sup>, Nurul Aiyuda<sup>2</sup>**

<sup>1,2,3)</sup> Psychology Study Program, Faculty of Psychology and Social Political Sciences, Abdurrah University  
*Corresponding E-mail* : [rara.eka21@student.univrab.ac.id](mailto:rara.eka21@student.univrab.ac.id)<sup>1</sup>, [nurul.aiyuda@univrab.ac.id](mailto:nurul.aiyuda@univrab.ac.id)<sup>2</sup>

### **Abstract**

*Academic buoyancy is a positive ability that individuals have to face setbacks, obstacles, challenges and bad situations in daily academic life, namely poor test scores, situations of not understanding the material, nervousness when answering assignments and exams. Low Academic buoyancy possessed by students will have an impact on academic achievement, students will be lazy and procrastinate on assignments, so that the GPA obtained will be of poor value and lectures will take longer. setbacks, obstacles and difficulties faced by students can arise from various sources that influence their academic achievement, therefore it is important to identify students' abilities to overcome academic challenges and obstacles that occur in everyday life in order to persist in the learning process and achieve goals. This research aims to explain the factors that will influence students' Academic buoyancy to overcome daily setbacks in the educational process among final year students. This research uses a literature review method with the search engines Open Knowledge, Google Scholar, Science Direct, Publis or Perish. The criteria used are articles in English or Indonesian that discuss the same topics and research subjects and were published from 2010 to 2024. In the 10 studies selected articles stated that Academic buoyancy plays a role in influencing students' academic achievement, ability to overcome challenges and setbacks. students will have an impact on good hopes in the future. Students are expected to have learning targets and plans according to their abilities*

**Keywords: Academic buoyancy, Academic achievement, Students**

### **Abstrak**

*Academic buoyancy merupakan kemampuan positif yang dimiliki individu untuk menghadapi kemunduran, hambatan, tantangan serta situasi yang buruk dalam kehidupan akademik sehari-hari, yakni nilai ujian yang buruk, situasi tidak memahami materi, kegugupan saat menjawab soal tugas dan ujian. Rendah *academic buoyancy* yang dimiliki oleh mahasiswa akan berdampak pada prestasi akademik, mahasiswa akan malas serta menunda-nunda tugas yang diberikan, sehingga IPK yang didapatkan akan bernilai buruk serta perkuliahan akan menjadi lebih lama. kemunduran, hambatan serta kesulitan yang dihadapi mahasiswa dapat muncul dari berbagai sumber yang mempengaruhi prestasi akademiknya, oleh sebab itu penting mengidentifikasi kemampuan mahasiswa untuk mengatasi tantangan dan hambatan akademik yang terjadi di kehidupan sehari-hari agar tetap bertahan dalam proses pembelajaran dan mencapai tujuan. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan bagaimana faktor-faktor yang akan mempengaruhi *Academic buoyancy* mahasiswa untuk mengatasi kemunduran sehari-hari dalam proses pendidikan kalangan mahasiswa tingkat akhir. Penelitian ini menggunakan metode kajian literatur dengan *search engine* Open Knowledge, Google Scholar, Science Direct, Publis or Perish. Adapun kriteria yang digunakan adalah artikel dengan Bahasa Inggris atau Indonesia yang membahas mengenai topik dan subjek penelitian yang sama serta terpublikasi sejak tahun 2010*

sampai 2024. Dalam 10 kajian artikel terpilih menyatakan *academic buoyancy* berperan dalam mempengaruhi pencapaian akademik mahasiswa. Perolehan temuan ini bahwa yang dapat menjadi prediktor *academic buoyancy* ialah situasi ketidakstabilan emosi, keyakinan diri dan pengaturan diri yang dimiliki mahasiswa dalam mengatasi tantangan serta kemunduran akademik. Bagi mahasiswa diharapkan memiliki target dan rencana pembelajaran sesuai dengan kemampuan diri.

**Kata Kunci : *Academic buoyancy*, *Prestasi akademik*, *Mahasiswa***

## 1. Pendahuluan

Prestasi akademik yang baik ialah dambaan setiap individu dalam dunia pendidikan, agar dapat mencapai hal tersebut diperlukan keberhasilan kecil dan besar dalam menghadapi setiap tantangan, hambatan serta ancaman keseharian yang dirasakan dalam dunia pendidikan, penelitian Mawarni et al., (2019) individu remaja yang duduk diatas bangku SMA dalam mengalami tuntutan dan harapan, tidak hanya pada orientasi pribadi, sosial dan karir tetapi juga pada akademik mereka, serta hambatan, tantangan dan godaan, yang tampaknya lebih kompleks dibandingkan generasi sebelumnya sehingga mereka merasakan kemunduran serta stres setiap harinya. Selain dari tingkat pendidikan sekolah menengah terdapat temuan empirik dari tingkat perguruan tinggi menurut Marfuatunnisa dan Sandjaja (2023) berjumlah 80 mahasiswa mengalami stres akademik saat sedang mengerjakan skripsi dengan keterangan 11 mahasiswa (13,75%) pada tingkat rendah, 55 mahasiswa (68,75%) pada tingkat sedang dan 14 mahasiswa (17,5%) pada tingkat yang tinggi dari hasil ini memperlihatkan bahwa mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi mengalami beberapa kesulitan dan masalah sehingga mahasiswa merasakan stres akademik.

Kondisi yang diterima menjadi mahasiswa salah satunya adalah tuntutan akademik. Tuntutan akademik serta tanggung jawab yang dimiliki oleh mahasiswa dapat direspon secara berbeda baik positif atau negatif, hal ini disebabkan karena kondisi emosi dan psikologis yang bercampur menjadi perasaan emosi (Zhang, 2022). Suhesty dan Basuki, (2022) menyatakan salah satu strategi coping untuk mengatasi tantangan atau hambatan akademik yang dihadapi individu yaitu dengan memiliki *academic buoyancy*. Collie et al., (2015) menyatakan *academic buoyancy* ialah sikap mental pada ketahanan terhadap tantangan akademik, ketahanan terhadap kegagalan, dan kemampuan untuk mengatasi rintangan yang muncul dalam proses belajar. *Academic buoyancy* yang dimiliki individu merupakan salah satu upaya dalam menghadapi tantangan akademik dan proses pembelajaran menjadi hal penting untuk mencapai kesejahteraan akademik, sehingga individu perlu memiliki tingkat *academic buoyancy* yang memuaskan. *Academic buoyancy* mencerminkan kemampuan individu dalam menghadapi kemunduran, dan kesulitan akademik (Rustam et al., 2024).

Abdellatif, (2022) menyatakan individu yang merespon tantangan dengan bersikap *academic buoyancy* yang baik akan memberikan kontribusi untuk keberhasilan mahasiswa dalam bersikap dan berperasaan positif seperti membantu mengendalikan emosi, merasakan tidak terbebani dalam menjalankan proses belajar, dapat menciptakan suasana belajar yang positif sehingga memberikan kenyamanan dan dapat mengatasi rasa frustrasi serta kegagalan. *Academic buoyancy* individu berdampak pada pandangan yang dimilikinya, yakni mahasiswa yang memiliki suatu pandangan positif

terhadap tantangan dan hambatan belajar yang dihadapinya, sehingga tidak ada keraguan dalam menyelesaikan suatu tugas, tidak takut gagal serta selalu berusaha sebaik mungkin demi keberhasilan akademik yang ingin dicapai (Putwain et al., 2012). Menurut Hutagalung et al., (2022) kemampuan *academic buoyancy* pada saat ini belum sepenuhnya dimiliki oleh mahasiswa, karena mahasiswa masih merasa cemas dengan beban tugas yang dihadapinya. Penelitian yang dilakukan oleh Felix et al., (2019) mengatakan bahwa sejumlah mahasiswa merasakan timbulnya beberapa kesulitan dalam mengatur waktu dan penyelesaian tugas.

Mengetahui dampak positif dan negatif dari *academic buoyancy* penting untuk mahasiswa , ini bisa dilakukan dengan memahami prediktor apa saja yang dapat meningkatkan serta menurunkan *academic buoyancy*. Peneilitian ini akan mengelompokkan temuan prekdiktor dari penelitian terdahulu guna menjawab bagaimana kinerja dari *academic buoyancy* untuk dapat dimaksimalkan oleh mahasiswa.

## 2. Metode Penelitian

Metode penelitian yang dipilih untuk digunakan adalah kajian literatur. Data yang diperoleh didapatkan secara online menggunakan mesin pencarian literatur, yaitu: *Google Scholar, Publish Or Perish, dan Research Gate*. Peneliti menerapkan batasan bagi proses pencarian data untuk keafsahan hasil penelitian yang digunakan dengan menentukan waktu publikasi yaitu sejak 2010-2024, kesesuaian topik penelitian, kesamaan subjek hingga penggunaan bahasa. Kata kunci yang digunakan saat pencarian data literatur antara lain: "*Academic buoyancy*", "Prestasi akademik", " "Mahasiswa",. Studi literatur ini dilakukan sejak bulan Mei 2024. Setelah mendapatkan data literatur, tahap selanjutnya penulis melakukan pembacaan abstrak artikel dan jurnal untuk mengetahui isi dari artikel. Peneliti juga tidak lupa untuk melihat topik apa yang dibahas, subjek yang di pilih, hingga hasil penelitian yang didapat pada jurnal yang tersedia agar sesuai dengan kriteria inklusi. Jumlah artikel yang memenuhi syarat dan batasan data yang dibutuhkan sebanyak 10 jurnal, dan digunakan sebagai bahan kajian literatur pada penelitian ini.

## 3. Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Hasil Literatur Review

NO	JUDUL	PENULIS, TAHUN TERBIT	SAMPEL	DESAIN PENELITIAN	INSTRUMEN PENGUKURAN	HASIL PENELITIAN
1.	<i>Do clusters of test anxiety and Academic buoyancy</i>	(Putwain & Daly, 2013)	469 Siswa Inggris	Kuantitatif Korelasi	<i>Academic buoyancy</i> diukur menggunakan 4 item untuk dimensi skala	Dari penelitian pada jurnal ini diperoleh terdapat 5 kelompok tingkatan, 3 dari

	<i>differentially predict academic performance ?</i>				yang dikembangkan oleh Martin dan Marsh (2008a, 2008b)	kelompok menunjukkan tingkat kecemasan yang rendah serta sedang pada siswa akan meningkatkan <i>academic buoyancy</i> pada siswa sehingga meningkatkan prestasi akademik
2.	<i>Academically buoyant students are less anxious about and perform better in high-stakes examinations</i>	(Putwain et al., 2015)	705 siswa tahun terakhir sekolah menengah	Kuantitatif	kecemasan ujian diukur menggunakan & Benson, 1997; Putwain, Connors, & Symes, 2010), Daya apung akademik yang dilaporkan sendiri diukur menggunakan Skala Apung Akademik yang terdiri dari empat item (Martin & Marsh, 2008), Prestasi akademik diukur dengan menggunakan rata-rata nilai ujian GCSE bahasa Inggris, matematika,	Temuan penelitian ini terdapat hubungan negatif antara kekhawatiran dengan <i>academic buoyancy</i> dimana kekhawatiran yang lebih tinggi akan membuat <i>academic buoyancy</i> yang dimiliki siswa lebih rendah begitu sebaliknya jika kekhawatiran yang dimiliki siswa rendah maka tingkat <i>academic buoyancy</i> yang dimiliki siswa akan tinggi, sehingga kekhawatiran dapat mempengaruhi semangat akademik siswa dimasa yang akan datang

					dan sains dilihat (Daly & Pinot de Moira, 2010)	
3.	<i>The effect of culture and belief systems on students' Academic buoyancy</i>	(Dahal et al., 2018)	102 mahasiswa internasional sarjana dan pascasarjana di Universitas Sydney	Kuantitatif Korelasional	Komponen pertanyaan dari MES (Liem & Martin (2012)), yang terdiri dari 11 'subskala'	<p>Hasil penelitian ini ditemukan terdapat hubungan yang tidak signifikan antara kepercayaan, budaya terhadap <i>academic buoyancy</i>.</p> <p>Terdapat temuan lainnya bahwa terdapat variabel lainnya salah satunya <i>self efficacy</i> yang mempengaruhi kepercayaan dan budaya sehingga dapat berhubungan secara signifikan dengan <i>Academic buoyancy</i>.</p>
4.	<i>The enabling and protective role of Academic buoyancy in the appraisal of fear appeals used prior to high stakes examinations</i>	(Symes et al., 2015)	770 siswa sekolah menengah	Kuantitatif Korelasional	Menggunakan skala yang dikembangkan oleh Martin dan Marsh (2008a, 2008b)	<p>Temuan dari hasil penelitian ini terlihat perbedaan respon setiap siswa dalam menghadapi rasa takut serta kecemasan.</p> <p>Siswa dengan <i>academic buoyancy</i> yang lebih tinggi akan lebih mungkin untuk menilai rasa</p>

						<p>takut dianggap sebagai hal yang menantang</p> <p>terdapat temuan lainnya bahwa <i>academic buoyancy</i> tidak berhubungan dengan penilaian tantangan.</p>
5.	<i>Unveiling the Predictive Effect of Students' Perceived EFL Teacher Support on Academic Achievement: The Mediating Role of Academic buoyancy</i>	(Li et al., 2023)	402 siswa sekolah menengah atas Tiongkok	Kuantitatif Korelasional	Menggunakan skala <i>academic buoyancy</i> yang disusun oleh Yun, (2018)	Temuan dari hasil penelitian ini bahwa dukungan akademik, emosional, dan instrumental yang dirasakan siswa dapat mempengaruhi prestasi akademik mereka melalui peran mediasi dari daya apung akademik
6.	<i>Tipe Student Academic Support dan Academic Buoyancy pada Mahasiswa</i>	(Lesmana & Savitri, 2019)	230 mahasiswa	Kuantitatif Korelasional	Menggunakan alat ukur yang dimodifikasi oleh peneliti berdasarkan alat ukur <i>Student Academic Support Scale (SASS;</i> Thompson & Mazer, 2009) yang terdiri dari 14 item dalam bentuk skala	<p>Pada penelitian ini terdapat temuan adanya hubungan yang signifikan antara <i>academic buoyancy</i> dengan <i>esteem support</i>, <i>motivational support</i> dan <i>venting support</i>.</p> <p>Hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan</p>

					Likert dan modifikasi alat ukur <i>Academic Buoyancy Scale</i> (ABS; Martin & Marsh, 2008)	antara <i>Academic buoyancy</i> dengan <i>informational support</i> .  Penemuan lain dalam penelitian ini menunjukkan tidak adanya perbedaan derajat <i>Academic Buoyancy</i> terhadap jenis kelamin maupun usia.
7.	<i>Longitudinal modelling of Academic buoyancy and motivation: Do the '5Cs' hold up over time?</i>	(Martin et al., 2010)	1.866 siswa sekolah menengah atas dari enam sekolah menengah atas di Australia.	Kuantitatif Korelasional	Menggunakan <i>Academic Buoyancy Scale</i> (ABS; Martin & Marsh, 2008a, 2008b)	Temuan penelitian ini bahwa <i>academic buoyancy</i> dan kemampuan beradaptasi memegang peranan penting bagi siswa Tiongkok dalam motivasi dan keterlibatan akademis
8.	Penyesuaian Diri dan Efikasi Diri Akademik terhadap <i>Academic Buoyancy</i>	(Suhesty & Basuki, 2022b)	107 mahasiswa Sekolah Tinggi X Kota Balikpapan yang bekerja.	Kuantitatif Korelasional	Menggunakan <i>Academic Buoyancy Scale</i> (ABS; Martin & Marsh, 2008a, 2008b)	Berdasarkan uji hipotesis analisis regresi model bertahap ditemukan hasil bahwa efikasi diri terhadap <i>academic buoyancy</i> pada mahasiswa yang bekerja memiliki pengaruh yang signifikan.
9.	<i>Academic buoyancy and</i>	(Martin, 2014)	Partisipannya adalah n =	Kuantitatif Korelasional	Dengan menggunakan <i>Academic</i>	Temuan penelitian ini mengungkapkan hubungan yang

	<i>academic outcomes: Towards a further understanding of students with attention-deficit/hyperactivity disorder (ADHD), students without ADHD, and Academic buoyancy itself</i>		87 siswa SMA dengan ADHD, n = 3374 teman non-ADHD, dan n = 87 siswa non-ADHD yang diambil secara acak.		<i>Buoyancy Scale</i> (ABS; Martin & Marsh, 2008a,b). ABS terdiri dari empat item	signifikan dan positif antara <i>academic buoyancy</i> dan hasil belajar siswa dengan ADHD yang digeneralisasikan ke kelompok non-ADHD.
10.	<i>Relationship between Self-regulated Learning with Academic buoyancy: A Case Study among Malaysia FELDA Secondary School Students</i>	(Rustam et al., 2024)	463 siswa sekolah menenga dari empat sekolah wilayah FELDA yang terletak di wilayah pantai selatan dan timur Malaysia.	Kuantitatif Korelasional	Skala <i>Academic Buoyancy</i> diadopsi dari Penelitian Rameli (2017)	Penelitian menunjukkan bahwa, regulasi belajar siswa secara keseluruhan berkorelasi positif dan signifikan dengan daya apung akademik ( $r=0,696^{**}$ ). Selain itu, daya apung akademik juga berkorelasi positif dengan ketiga fase pembelajaran mandiri yaitu pemikiran ke depan ( $r=0,634^{**}$ ), kinerja ( $r=0,535^{**}$ ) dan refleksi ( $r=0,622^{**}$ )

Seluruh jurnal yang telah dipilih menggunakan analisis data kuantitatif korelasi, untuk mengetahui prediktor yang dapat menjadi faktor yang mempengaruhi *academic buoyancy*, dari

beberapa jurnal yang telah dipilih ditemukan *academic buoyancy* penting untuk menggambarkan sebuah tindakan adaptif serta bentuk pengolahan individu terhadap ancaman dan tantangan akademik seperti sebuah kompetisi, tekanan ujian, serta nilai yang buruk agar dapat meraih keberhasilan akademik dan kesejahteraan psikologis (Putwain et al., 2012).

*Academik buoyancy* berperan dalam melindungi serta memberikan ketenangan dan kesejahteraan dalam diri individu untuk melaksanakan proses pendidikan (Rameli & Kosnin, 2014). Dari penelitian Datu dan Yuen, (2018) menyatakan terdapat beberapa faktor yang dapat mendukung *academic buoyancy* sehingga dapat meningkatkan prestasi akademik yang ingin diraih ialah ketekunan dan *self efficacy*. Putwain et al., (2012) menyatakan *academic buoyancy* memiliki hubungan positif dengan hasil pendidikan adaptif, termasuk kepercayaan diri yang lebih besar, perencanaan, ketekunan, dan kecemasan yang lebih rendah serta kendali yang tidak pasti. Barseli et al. (2017), menyatakan bahwa terdapat faktor internal dan eksternal yang memicu terjadinya stres akademik. Kepribadian, keyakinan, hingga pola pikir individu yang berperan sebagai faktor internal yang menjadi pengaruh dari stres akademik, selain itu terdapat juga faktor internal berupa efikasi diri, kemampuan berkomunikasi dengan dosen, tuntutan untuk lebih disiplin, waktu akan penyusunan target dalam penyelesaian skripsi, hilangnya motivasi, juga kejenuhan dalam pengerjaan segala tugas akibat kesulitan menemukan titik terang.

Berdasarkan beberapa penelitian yang sudah di review dapat bedakan faktor yang dapat mempengaruhi *academic buoyancy* ialah :

**Pertama Ketidakstabilan Emosi**, ketidakstabilan emosi yang dimiliki individu memerlukan peran mengontrol emosi diri sendiri untuk melindungi serta memberikan umpan balik kepada *academic buoyancy* untuk memengaruhi keyakinan tentang kapasitas seseorang untuk merespons secara positif tekanan evaluasi kinerja yang ditimbulkan, ketidakstabilan emosi ini berbentuk perasaan kekhawatiran, kekecewaan, depresi serta stres akademik yang negatif (Putwain et al., 2015; Putwain & Daly, 2013; Symes et al., 2015). Hasil Putwain dan Daly, (2013) menyatakan kecemasan serta stres akademik muncul dikarenakan adanya ancaman yang menjadi kekhawatiran akan mempengaruhi penilaian dan hasil akademik.

Penelitian sebelumnya Datu dan Yuen, (2018) menyatakan *academic buoyancy* akan terikat dengan kondisi emosional seperti depresi, stres serta kecemasan, dari penelitiannya ditemukan *academic buoyancy* berhubungan negatif dengan kecemasan, disaat individu memiliki tingkat kecemasan yang tinggi maka rendah kemampuan *academic buoyancy* yang dimiliki oleh seorang individu, begitu sebaliknya. Situasi ini secara tidak langsung mempengaruhi prestasi akademik yang dimiliki mahasiswa, akan membuat individu gelisah disaat ujian, selalu menghindari setiap motivasi secara langsung *academic buoyancy* yang dimiliki individu ialah rendah. Salah satunya faktor kecemasan, siswa yang memiliki kecemasan yang rendah akan memandang sebuah kecemasan ialah proses penanggulangan bagaimana individu berperan penting dalam menentukan cara menghadapi rasa cemas saat akan melakukan ujian, kecemasan saat timbul serta mengungkapkan sebuah pendapat. Orang yang memiliki tingkat kecemasan yang tinggi saat menghadapi ujian tidak dapat melakukan ujian sebaik individu yang memiliki tingkat kecemasan yang rendah dalam melakukan ujian yang dibatasi oleh waktu seperti ulangan dan ujian, ketika kemampuan atau prestasi pendidikan yang sudah dikontrol (Putwain & Daly, 2013).

Li et al., (2023) menyatakan *academic buoyancy* dapat mengarahkan perhatian pada pengembangan kepribadian yang lebih positif sehingga individu dapat beradaptasi dengan lebih mudah terhadap tantangan dan kesulitan serta mencapai prestasi akademik. Penelitian (Symes et al., 2015) menyatakan individu dapat merespon tekanan akademik dengan berbagai cara, tekanan yang dihadapi individu tersebut dapat meningkatkan rasa takut akan kegagalan serta kecemasan, rasa khawatir yang dimiliki individu juga dapat menjadi motivasi untuk mempersiapkan diri dengan baik menghadapi ujian yang berkaitan dengan bagaimana kegagalan dapat dihindari dengan mengambil tindakan alternatif.

**Kedua Keyakinan Diri**, hasil uraian literatur yang sudah disusun didapatkan keyakinan yang dimiliki mahasiswa mempengaruhi kecenderungan berefek positif atau negatif terhadap *academic buoyancy*. Keyakinan diri yang dimaksud ialah yakni keyakinan negatif, keyakinan kompetensi, keyakinan pengaturan diri (Putwain & Daly, 2013; Symes et al., 2015)(Dahal et al., 2018; Putwain & Daly, 2013; Symes et al., 2015)

Mendefinisikan efikasi diri sebagai suatu keyakinan dan kemampuan individu terhadap dirinya sendiri sebagai modal untuk menghadapi tantangan akademik, sehingga dapat menggunakan kemampuannya secara optimal dalam memenuhi tuntutan akademik hingga nantinya *academic buoyancy* yang dimilikinya semakin baik, ketika individu mampu yakin dan percaya diri terhadap kemampuan yang dimiliki, hal tersebut berdampak pada cara menyelesaikan tugas-tugas akademik yang dihadapkan (Suhesty & Basuki, 2022a). Mahasiswa yang lebih bersemangat akan memanfaatkan keyakinan bahwa mereka dapat mengelola dan merespons tekanan-tekanan ini secara positif, karena itu kami memperkirakan bahwa ketika seruan rasa takut digunakan sebelum ujian yang berisiko tinggi, siswa yang memiliki tingkat kecerdasan tinggi akan lebih cenderung menilai hal tersebut sebagai hal yang menantang dan kecil kemungkinannya untuk menilai hal tersebut sebagai ancaman, dibandingkan siswa yang memiliki tingkat keyakinan yang rendah (Symes et al., 2015)

**Ketiga Pengaturan Diri**, sesuai dengan paparan literatur dari penelitian terdahulu menyatakan tingkat pengaturan diri yang dimiliki mahasiswa menjadi parameter *academic buoyancy* yang berkaitan dengan bagaimana mahasiswa dapat merencanakan, mengendalikan dukungan sosial yang didapatkan serta ketekunan dalam strategi pendidikan serta prestasi akademik (Martin et al., 2010; Putwain et al., 2015; Rustam et al., 2024)(Putwain et al., 2015; Rustam et al., 2024)

Pengembangan *academic buoyancy* merupakan penentu utama keberhasilan akademik dan kesejahteraan secara keseluruhan, karena hal ini meningkatkan kemampuan dan kepercayaan diri individu dalam menghadapi tantangan masa depan, sehingga pentingnya pengaturan diri dalam mengembangkan *academic buoyancy* hal ini berpotensi mempengaruhi kehidupan akademik dan pribadi siswa secara signifikan, hal ini akan membuat siswa dengan pengaturan diri yang lebih tinggi dapat gigih dalam belajar, akan berusaha mencapai tujuan, merasa lebih termotivasi, memiliki emosi berprestasi yang positif dan akan menerapkan strategi pembelajaran (Rustam et al., 2024)

Berdasarkan penjabaran di atas dapat disimpulkan bahwa prediktor yang dapat mempengaruhi *academic buoyancy* merupakan kondisi yang bersifat adaptif, ialah individu yang memiliki kondisi ketidak stabilan yang rendah, keyakinan diri serta pengaturan diri yang tinggi. Penelitian ini dapat memperluas pemahaman ilmiah mahasiswa dalam mempersiapkan diri menghadapi tantangan dan kesulitan untuk mencapai impian melalui penerapan *academic buoyancy*.

## Referensi

- Abdellatif, M. S. (2022). Academic buoyancy of university students and its relationship with academic average in light of some demographic variables. *Cypriot Journal of Educational Sciences*, 17(7), 2361–2370. <https://doi.org/10.18844/cjes.v17i7.7599>
- Collie, R. J., Martin, A. J., Malmberg, L. E., Hall, J., & Ginns, P. (2015). Academic buoyancy, student's achievement, and the linking role of control: A cross-lagged analysis of high school students. *British Journal of Educational Psychology*, 85(1), 113–130. <https://doi.org/10.1111/bjep.12066>
- Dahal, J., Prasad, P. W. C., Maag, A., Alsadoon, A., & Hoe, L. S. (2018). The effect of culture and belief systems on students' academic buoyancy. *Education and Information Technologies*, 23(4), 1465–1482. <https://doi.org/10.1007/s10639-017-9672-4>
- Datu, J. A. D., & Yuen, M. (2018). Predictors and Consequences of Academic Buoyancy: a Review of Literature with Implications for Educational Psychological Research and Practice. *Contemporary School Psychology*, 22(3), 207–212. <https://doi.org/10.1007/s40688-018-0185-y>
- Felix, T., Marpaung, W., & El Akmal, M. (2019). Peranan Kecerdasan Emosional Pada Pemilihan Strategi Coping Pada Mahasiswa yang Bekerja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 8(1), 39–56. <https://doi.org/10.30996/persona.v8i1.2377>
- Hutagalung, J. B., Saija, A. F., & Noiija, S. (2022). Academic Buoyancy Mahasiswa Fakultas Kedokteran Ditinjau Berdasarkan Jalur Masuk Perguruan Tinggi Di Universitas Pattimura Ambon. *Molucca Medica*, 14(20), 91–96. <https://doi.org/10.30598/molmed.2021.v14.i2.91>
- Lesmana, J., & Savitri, J. (2019). Tipe Student Academic Support dan Academic Buoyancy pada Mahasiswa. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 3(3), 179–200. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v3i3.2266>
- Li, X., Duan, S., & Liu, H. (2023). Unveiling the Predictive Effect of Students' Perceived EFL Teacher Support on Academic Achievement: The Mediating Role of Academic Buoyancy. *Sustainability (Switzerland)*, 15(13). <https://doi.org/10.3390/su151310205>
- Marfuatunnisa, N., & Sandjaja, M. (2023). Stres Akademik pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi di Indonesia Ditinjau dari Academic Help-seeking dan Resiliensi Akademik. *Jurnal Diversita*, 9(2), 218–227. <https://doi.org/10.31289/diversita.v9i2.9356>
- Martin, A. J. (2014). Academic buoyancy and academic outcomes: Towards a further understanding of students with attention-deficit/hyperactivity disorder (ADHD), students without ADHD, and academic buoyancy itself. *British Journal of Educational Psychology*, 84(1), 86–107. <https://doi.org/10.1111/bjep.12007>
- Martin, A. J., Colmar, S. H., Davey, L. A., & Marsh, H. W. (2010). Longitudinal modelling of academic buoyancy and motivation: Do the "5Cs" hold up over time? *British Journal of Educational Psychology*, 80(3), 473–496. <https://doi.org/10.1348/000709910X486376>
- Mawarni, A., Sugandhi, N. M., Budiman, N., & Thahir, A. (2019). Academic buoyancy of science student in senior high school: Analysis and implications for academic outcomes. *Journal of Physics: Conference Series*, 1280(3). <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1280/3/032046>
- Putwain, D. W., Connors, L., Symes, W., & Douglas-Osborn, E. (2012). Is academic buoyancy anything more than adaptive coping? *Anxiety, Stress and Coping*, 25(3), 349–358.

<https://doi.org/10.1080/10615806.2011.582459>

- Putwain, D. W., & Daly, A. L. (2013). Do clusters of test anxiety and academic buoyancy differentially predict academic performance? *Learning and Individual Differences, 27*, 157–162. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2013.07.010>
- Putwain, D. W., Daly, A. L., Chamberlain, S., & Sadreddini, S. (2015). Academically buoyant students are less anxious about and perform better in high-stakes examinations. *British Journal of Educational Psychology, 85*(3), 247–263. <https://doi.org/10.1111/bjep.12068>
- Rameli, M. R. M., & Kosnin, A. M. (2014). Predicting Model of Academic Buoyancy: the Roles of Achievement Goals and Self-Regulation. *Universiti Teknologi Malaysia Institutional ...* <https://core.ac.uk/download/pdf/83531385.pdf>
- Rustam, M., Rameli, M., Syuhada, N., Alhassora, A., & Mazlan, A. N. (2024). *Relationship between Self-regulated Learning with Academic Buoyancy: A Case Study among Malaysia FELDA Secondary School Students. 45*(X).
- Suhesty, A., & Basuki, Z. (2022a). Penyesuaian Diri dan Efikasi Diri Akademik terhadap Academic Buoyancy Aulia. *Jurnal Basicedu, 6*(5), 3(2), 524–532. <https://journal.uii.ac.id/ajie/article/view/971>
- Suhesty, A., & Basuki, Z. N. (2022b). Penyesuaian Diri dan Efikasi Diri Akademik terhadap Academic Buoyancy. *Jurnal Basicedu, 6*(3), 5456–5466. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i3.2763>
- Symes, W., Putwain, D. W., & Remedios, R. (2015). The enabling and protective role of academic buoyancy in the appraisal of fear appeals used prior to high stakes examinations. *School Psychology International, 36*(6), 605–619. <https://doi.org/10.1177/0143034315610622>
- Zhang, F. (2022). A Theoretical Review on the Impact of EFL/ESL Students' Self-Sabotaging Behaviors on Their Self-Esteem and Academic Engagement. *Frontiers in Psychology, 13*(May), 1–7. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.873734>