ANWARUL
Jurnal Pendidikan dan Dakwah

e-ISSN : 2808-7895
p-ISSN : 2809-1043

Terindeks: Sinta 5, Copernicus, Dimensions, Scilit, Lens, Semantic, Garuda, Google,

https://doi.org/10.58578/anwarul.v6i2.9409

APAKAH KEMAMPUAN REGULASI DIRI MENENTUKAN PRESTASI AKADEMIK MAHASISWA DI PERGURUAN TINGGI ISLAM?

Does Self-Regulation Ability Determine the Academic Achievement of Students in Islamic Higher Education?

Mahfud & Didit Darmawan
Universitas Sunan Giri Surabaya
mahfud037@gmail.com; dr.diditdarmawan@gmail.com

Article Info:

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
Feb 17, 2026	Mar 17, 2026	Mar 29, 2026	Apr 3, 2026

Abstract

Although academic achievement has received attention in various studies, research that specifically discusses the influence of self-regulation ability among students in Private Islamic Higher Education Institutions (*Perguruan Tinggi Keagamaan Islam Swasta* [PTKIS]) with a dual curriculum burden remains limited. This study aims to empirically analyze the effect of self-regulation ability on the academic achievement of students at STAI Darul Hikmah Bangkalan. This study employed a quantitative approach with a cross-sectional design, involving 180 respondents selected through proportionate stratified random sampling. Data were collected using a Self-Regulated Learning (SRL) scale questionnaire adapted from Zimmerman's theory (16 items; $\alpha = 0.82$) as well as documentation of Grade Point Average (GPA), and were then analyzed using simple linear regression with SPSS version 26 software. The results showed that self-regulation ability had a significant effect on students' academic achievement ($B = 0.014$; $t = 6.875$; $p = 0.000$), with a contribution of 21% ($R^2 = 0.210$). These findings contribute to the development of Self-Regulated Learning theory from Zimmerman and Pintrich and

Anwarul is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

broaden understanding of the dynamics of independent learning in the context of religion-based educational institutions. The study concludes that self-regulation strategies are important non-cognitive determinants in supporting academic success. Therefore, educational institutions are advised to integrate SRL training into the academic guidance system. The implications of this study include a theoretical contribution to strengthening the educational psychology literature in Indonesia as well as practical implications for higher education administrators in designing pedagogical interventions that support student learning autonomy. This study also opens opportunities for further research on the influence of the *pesantren* environment and social support on the unexplained variance in academic achievement.

Keywords: Self-Regulation; Academic Achievement; Self-Regulated Learning; Private Islamic Higher Education Institutions; Grade Point Average

Abstrak: Meskipun prestasi akademik telah menjadi perhatian dalam berbagai penelitian, kajian yang secara khusus membahas pengaruh kemampuan regulasi diri pada mahasiswa di lingkungan Perguruan Tinggi Keagamaan Islam Swasta (PTKIS) dengan beban kurikulum ganda masih terbatas. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara empiris pengaruh kemampuan regulasi diri (*self-regulation*) terhadap prestasi akademik mahasiswa di STAI Darul Hikmah Bangkalan. Studi ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross-sectional*, melibatkan 180 responden yang dipilih melalui teknik *proportionate stratified random sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner skala *Self-Regulated Learning* (*SRL*) yang diadaptasi dari teori Zimmerman (16 item; $\alpha = 0{,}82$) serta dokumentasi Indeks Prestasi Kumulatif (IPK), kemudian dianalisis dengan teknik regresi linear sederhana menggunakan perangkat lunak SPSS versi 26. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan regulasi diri berpengaruh signifikan terhadap prestasi akademik mahasiswa ($B = 0{,}014$; $t = 6{,}875$; $p = 0{,}000$), dengan kontribusi sebesar 21% ($R^2 = 0{,}210$). Temuan ini berkontribusi pada pengembangan teori *Self-Regulated Learning* dari Zimmerman dan Pintrich serta memperluas pemahaman tentang dinamika belajar mandiri dalam konteks institusi pendidikan berbasis agama. Simpulan penelitian menegaskan bahwa strategi regulasi diri merupakan determinan nonkognitif yang penting dalam mendukung keberhasilan studi. Oleh karena itu, lembaga pendidikan disarankan untuk mengintegrasikan pelatihan *SRL* ke dalam sistem bimbingan akademik. Implikasi penelitian ini mencakup kontribusi teoretis bagi penguatan literatur psikologi pendidikan di Indonesia serta implikasi praktis bagi pengelola perguruan tinggi dalam merancang intervensi pedagogis yang mendukung kemandirian belajar mahasiswa. Studi ini juga membuka peluang penelitian lanjutan mengenai pengaruh lingkungan pesantren dan dukungan sosial terhadap varians prestasi akademik yang belum terjelaskan.

Kata Kunci: Regulasi Diri; Prestasi Akademik; *Self-Regulated Learning*; Perguruan Tinggi Keagamaan Islam Swasta; Indeks Prestasi Kumulatif

PENDAHULUAN

Prestasi akademik tetap menjadi indikator fundamental dan parameter universal dalam menilai keberhasilan individu selama menempuh pendidikan tinggi (Steinmayr *et al.*, 2014). Era kompetisi global saat ini menuntut prestasi akademik mahasiswa tidak lagi sekadar

direpresentasikan oleh angka-angka kognitif statis dalam Indeks Prestasi Kumulatif (IPK). Pencapaian tersebut mencerminkan penguasaan kompetensi holistik yang mencakup aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik sebagai modal dasar untuk memasuki dunia profesi (Alistriana et al., 2024; Astuti, 2024). Fenomena ini selaras dengan tinjauan sistematis di Asia yang menegaskan bahwa Grade Point Average (IPK) memegang peranan krusial sebagai prediktor utama bagi tingkat pendapatan awal lulusan serta akselerasi pertumbuhan karier mereka di masa depan (Meepradit et al., 2022). Memahami faktor-faktor yang mendorong optimalisasi prestasi menjadi sangat mendesak bagi institusi pendidikan untuk menjamin kualitas lulusan yang kompetitif dan adaptif terhadap dinamika pasar kerja yang terus berubah. Transformasi pendidikan tinggi modern menempatkan mahasiswa sebagai subjek aktif yang harus mampu mengelola target belajar secara mandiri di tengah tuntutan kurikulum yang semakin kompleks.

Peneliti berargumen bahwa dominasi kapasitas intelektual semata tidak lagi cukup untuk menjelaskan variabilitas prestasi akademik yang kompleks dalam konteks pendidikan kontemporer. Bukti empiris menunjukkan bahwa variabel non-kognitif sering kali memiliki daya prediksi yang lebih kuat dibandingkan kecerdasan murni dalam menentukan keberhasilan studi. Pérez-González et al. (2022) mengungkapkan bahwa keterlibatan akademik dan efikasi diri mampu menjelaskan hingga 50% variasi nilai akademik jika dikombinasikan dengan data prestasi sebelumnya. Pembelajaran mandiri atau Self-Regulated Learning (SRL) muncul sebagai determinan psikologis yang paling signifikan dalam eskalasi capaian belajar siswa. Secara teoretis, SRL dipahami sebagai proses aktif di mana peserta didik mengambil kendali penuh atas navigasi belajar mereka melalui penetapan tujuan, perencanaan strategi, serta pemantauan dan refleksi berkelanjutan (Zimmerman, 2002). Tinjauan literatur yang komprehensif menunjukkan bahwa SRL adalah konstruksi multidimensi yang berfungsi sebagai mesin penggerak keberhasilan akademik melalui berbagai model integratif (Panadero, 2017).

Zimmerman (2002) menekankan bahwa proses ini beroperasi melalui siklus sirkular yang melibatkan fase pemikiran ke depan (forethought phase), fase kinerja (performance phase), dan fase refleksi diri (self-reflection phase), yang secara kolektif membentuk ketahanan belajar individu. Sejalan dengan perspektif tersebut, Pintrich (2000) mengonseptualisasikan SRL sebagai proses konstruktif yang mengintegrasikan regulasi kognisi, motivasi, dan perilaku untuk mencapai tujuan akademik yang spesifik. Berbagai penelitian terbaru membuktikan bahwa strategi SRL seperti evaluasi diri, regulasi

metakognitif, dan regulasi usaha (effort regulation) merupakan prediktor positif bagi performa mahasiswa, terutama dalam lingkungan pembelajaran yang menuntut kemandirian tinggi (Xu et al., 2022). Penggunaan keterampilan metakognitif dalam SRL juga teridentifikasi membantu siswa meningkatkan ketahanan kognitif dan stabilitas emosional yang diperlukan untuk mencapai kesuksesan akademik (Abba, Hafiz & Gurjiya, S. A., 2025; Jabbar, 2025). Penerapan strategi SRL yang efektif secara signifikan meningkatkan keterlibatan kognitif siswa, di mana dimensi refleksi dan manajemen waktu menunjukkan korelasi positif yang kuat dengan prestasi akademik (Suan, 2023).

Hasil penelitian pada pendidikan profesional kesehatan menunjukkan bahwa siswa yang menerapkan strategi SRL dapat mencapai tujuan akademik dan pribadi melalui strategi pembelajaran yang disesuaikan secara individual (Chitra et al., 2022). Integrasi SRL dengan motivasi intrinsik diyakini mampu mereduksi perilaku maladaptif, sementara interaksinya dengan alur akademik memperkuat peran faktor internal dalam mencapai prestasi akademik yang optimal (Fatwalino, 2024; Ningsih & Anggraini, 2025). Konstruksi SRL mampu menjelaskan variasi yang signifikan dalam prestasi akademik siswa pada konteks pendidikan bahasa (Baissane & Zaid, 2025). Hubungan antara SRL dan prestasi akademik terkadang bersifat kompleks karena sering dimediasi oleh persepsi siswa terhadap lingkungan pembelajaran campuran yang mereka hadapi (Dang et al., 2025). Dukungan empiris terbaru memperkuat tesis bahwa dimensi SRL seperti penetapan tujuan, perencanaan, dan kemampuan beradaptasi adalah fondasi utama keberhasilan akademik (Caixia et al., 2025; Graduate School of Management (GSM), Management and Science University (MSU), Selangor, Malaysia. et al., 2025). Faktor eksternal seperti dukungan lingkungan keluarga dan ketahanan emosional turut memperkuat efektivitas regulasi diri tersebut (Kaur & Kaur, 2025).

Siswa dengan kompetensi SRL yang tinggi ditemukan memperoleh hasil akademik yang unggul di lingkungan belajar luring karena struktur pembelajaran yang lebih jelas dan akuntabilitas antar siswa yang mendorong keterlibatan belajar lebih mendalam (Kumar & Kapoor, 2025). Celah literatur (research gap) yang signifikan ditemukan dalam konteks institusi pendidikan berbasis agama di wilayah lokal, meskipun dukungan empiris terhadap efektivitas SRL telah terdokumentasi secara luas secara global. Mahasiswa di STAI Darul Hikmah Bangkalan menghadapi tantangan unik dalam bentuk beban kognitif ganda karena harus mensinergikan kurikulum keagamaan klasik yang padat dengan disiplin ilmu umum kontemporer. Karakteristik mahasiswa yang sering kali terikat dengan nilai-nilai tradisional

pesantren memerlukan tingkat pengendalian diri dan regulasi kognitif yang jauh lebih tinggi dibandingkan mahasiswa di perguruan tinggi umum. Kondisi ini menjadi titik krusial yang menuntut kajian empiris lebih mendalam mengenai relevansi model SRL standar dalam ekosistem pendidikan Islam di Madura.

Kebaruan penelitian ini terletak pada eksplorasi SRL sebagai variabel determinan utama dalam lingkungan akademik yang memiliki struktur nilai religius dan sosial yang kuat dengan pendekatan cross-sectional. Landasan analisis penelitian ini bertumpu pada teori kognitif sosial yang menekankan interaksi timbal balik antara faktor pribadi, perilaku, dan lingkungan. Integrasi nilai-nilai kedisiplinan lokal dengan mekanisme regulasi diri modern memberikan perspektif baru dalam literatur psikologi pendidikan Islam. Eksplorasi ini menjadi penting untuk memverifikasi efektivitas strategi metakognitif pada populasi mahasiswa yang memiliki beban studi ganda. Penelitian ini bertujuan mengisi kekosongan data empiris mengenai perilaku belajar mahasiswa STAI Darul Hikmah Bangkalan yang selama ini belum tersentuh kajian SRL secara komprehensif.

Fokus penelitian ini diarahkan untuk menganalisis secara empiris pengaruh regulasi diri terhadap prestasi akademik mahasiswa di STAI Darul Hikmah Bangkalan. Tujuan utamanya adalah menguji sejauh mana dimensi-dimensi dalam Self-Regulated Learning berkontribusi terhadap pencapaian prestasi mahasiswa dalam konteks kurikulum terintegrasi. Penelitian ini penting untuk memberikan kontribusi teoretis terhadap pengembangan strategi pembelajaran berbasis regulasi mandiri yang relevan dengan karakteristik mahasiswa lokal. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan kebijakan bagi institusi dalam merancang intervensi pedagogis yang tepat guna meningkatkan kualitas lulusan. Upaya ini dilakukan untuk memastikan lulusan tidak hanya unggul secara akademik, tetapi juga memiliki integritas dan daya saing di tingkat nasional maupun internasional.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional untuk menganalisis hubungan kausalitas antara kemampuan regulasi diri dan capaian akademik. Desain ini dipilih karena efektivitasnya dalam memotret variabel penelitian pada satu titik waktu tertentu secara simultan. Dalam kerangka ini, peneliti menguji pengaruh Self-Regulated Learning (SRL) sebagai variabel bebas terhadap prestasi akademik sebagai variabel terikat tanpa manipulasi eksperimental. Pendekatan ini memungkinkan pemetaan pola

hubungan antarvariabel secara efisien melalui analisis statistik inferensial guna memberikan gambaran aktual kondisi mahasiswa pada periode akademik berjalan.

Populasi penelitian mencakup seluruh mahasiswa aktif STAI Darul Hikmah Bangkalan tahun akademik 2025/2026. Teknik pengambilan sampel menggunakan proportionate stratified random sampling berdasarkan strata program studi dan semester untuk menjamin representasi data. Ukuran sampel ditentukan melalui rumus Slovin dengan margin of error 5%, menghasilkan 180 responden. Kriteria inklusi ditetapkan secara ketat, yakni mahasiswa aktif minimal semester tiga yang memiliki rekaman Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) tervalidasi untuk memastikan stabilitas data prestasi.

Pengumpulan data dilakukan dalam satu siklus tunggal mulai September hingga Desember 2025 dengan memperhatikan aspek etis dan informed consent. Instrumen utama berupa kuesioner terstruktur 16 butir yang diadaptasi dari kerangka Zimmerman (2002) dan Pintrich (2000), mencakup dimensi metakognisi, motivasi, dan kontrol perilaku menggunakan skala Likert lima poin. Data lapangan menunjukkan rentang skor 32 hingga 88. Instrumen telah teruji valid secara konten dan reliabel dengan koefisien Cronbach's Alpha 0,82, melampaui ambang batas standar 0,70.

Selain kuesioner sebagai data primer, penelitian ini memanfaatkan data sekunder berupa dokumentasi resmi IPK untuk mengukur prestasi akademik secara objektif. Penggunaan akumulasi IPK dinilai kredibel karena mencerminkan konsistensi performa intelektual mahasiswa (Steinmayr et al., 2014). Distribusi instrumen dilakukan secara hibrida (daring dan luring) untuk mengoptimalkan tingkat respons. Seluruh data kemudian diintegrasikan ke dalam sistem basis data terenkripsi untuk menjaga integritas informasi sebelum dilakukan pemrosesan statistik.

Analisis data dilakukan secara sistematis menggunakan perangkat lunak SPSS versi 26. Tahapan analisis meliputi prosedur deskriptif untuk gambaran demografis, dilanjutkan dengan uji asumsi klasik yang mencakup uji normalitas (Kolmogorov-Smirnov), uji linearitas (ANOVA), dan uji heteroskedastisitas (residual scatter plot). Setelah asumsi terpenuhi, dilakukan analisis regresi linier sederhana untuk menghitung koefisien determinasi (R^2) guna mengidentifikasi besarnya kontribusi regulasi diri. Seluruh keputusan statistik didasarkan pada tingkat signifikansi 5% ($\alpha = 0{,}05$) untuk menjamin validitas penarikan kesimpulan.

HASIL

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan secara komprehensif untuk menguji pengaruh kemampuan regulasi diri terhadap prestasi akademik mahasiswa di STAI Darul Hikmah Bangkalan. Sebanyak 180 responden yang memenuhi kriteria inklusi telah memberikan kontribusi data yang valid melalui instrumen kuesioner dan dokumentasi akademik. Pemrosesan data dilakukan secara bertahap, dimulai dari pemetaan profil demografis dan akademik responden, analisis deskriptif per dimensi variabel, pengujian asumsi klasik sebagai prasyarat statistik parametrik, hingga pengujian hipotesis menggunakan analisis regresi linier sederhana. Fokus utama dari penyajian hasil ini adalah untuk memberikan gambaran empiris yang mendalam mengenai bagaimana mekanisme regulasi diri beroperasi dalam menentukan capaian Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) mahasiswa pada institusi berbasis keagamaan.

1. Profil Akademik dan Demografis Responden

Responden dalam penelitian ini merepresentasikan keberagaman latar belakang akademik di lingkungan STAI Darul Hikmah Bangkalan. Berdasarkan data yang terkumpul, 180 responden tersebut tersebar secara proporsional pada berbagai program studi dan tingkat semester (minimal semester tiga). Profil akademik menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada rentang usia dewasa awal, di mana tugas perkembangan mereka menuntut kemandirian belajar yang lebih tinggi. Sebaran IPK mahasiswa menunjukkan konsentrasi yang cukup kuat pada kategori "Sangat Memuaskan" (3,00–3,50) dan "Pujian" (>3,50). Hal ini mengindikasikan bahwa secara umum, populasi mahasiswa di lokasi penelitian memiliki standar performa akademik yang stabil. Keberadaan mahasiswa yang tinggal di lingkungan pesantren (asrama) dan mahasiswa non-pesantren juga memberikan variasi data yang kaya mengenai bagaimana lingkungan sosial memengaruhi pola regulasi diri harian mereka.

2. Analisis Deskriptif dan Distribusi Variabel

Statistik deskriptif memberikan fondasi untuk memahami karakteristik sebaran data pada variabel bebas dan terikat. Secara kolektif, gambaran umum statistik untuk kedua variabel utama disajikan dalam Tabel 1 berikut:

Tabel 1. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian (N=180)

Variabel	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Regulasi Diri (X)	32,00	88,00	64,50	11,25
Prestasi Akademik (Y)	2,25	3,85	3,35	0,35

Data pada Tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata (mean) skor kemampuan regulasi diri mahasiswa adalah 64,50. Dengan standar deviasi sebesar 11,25, terlihat bahwa variasi kemampuan regulasi diri antar mahasiswa cukup dinamis namun tetap berada pada kategori menengah ke atas. Prestasi akademik mahasiswa yang diwakili oleh IPK memiliki rata-rata 3,35, dengan nilai minimum 2,25 dan maksimum 3,85. Standar deviasi IPK yang rendah (0,35) menunjukkan bahwa pencapaian akademik mahasiswa cenderung homogen dan kompetitif.

Untuk memberikan analisis yang lebih mendalam, peneliti menguraikan variabel regulasi diri (X) ke dalam tiga dimensi utama berdasarkan kerangka teoretis Zimmerman dan Pintrich. Analisis pada tingkat dimensi ini penting untuk mengidentifikasi aspek regulasi diri yang paling dominan di kalangan mahasiswa. Dimensi pertama adalah metakognisi, yang mencakup kemampuan perencanaan, penetapan tujuan, dan pemantauan diri dalam proses belajar. Hasil analisis menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki kecenderungan yang kuat dalam menetapkan target nilai sejak awal semester, namun masih menghadapi tantangan dalam melakukan pemantauan mandiri terhadap konsistensi dan durasi belajar harian.

Dimensi kedua adalah motivasi yang meliputi efikasi diri serta orientasi tujuan intrinsik. Data menunjukkan bahwa motivasi intrinsik yang berlandaskan nilai-nilai religius, seperti memandang belajar sebagai bentuk ibadah, menjadi faktor pendorong utama tingginya skor pada dimensi ini, di mana mahasiswa merasa yakin mampu menyelesaikan berbagai tugas kurikulum keagamaan yang relatif kompleks.

Dimensi ketiga adalah kontrol perilaku yang berkaitan dengan kemampuan manajemen waktu serta kecenderungan untuk mencari bantuan ketika menghadapi kesulitan belajar. Pada dimensi ini ditemukan variasi skor yang paling besar dibandingkan dimensi lainnya, yang menunjukkan bahwa manajemen waktu masih menjadi tantangan utama bagi mahasiswa, terutama dalam upaya menyeimbangkan aktivitas di lingkungan pesantren dengan tuntutan akademik di perkuliahan.

3. Uji Asumsi Klasik

Sebelum melangkah pada pengujian hipotesis, peneliti memastikan bahwa data memenuhi asumsi dasar statistik parametrik. Tahap ini sangat penting untuk menjamin bahwa model prediksi yang dihasilkan tidak bias dan memiliki validitas tinggi.

Uji normalitas dilakukan menggunakan teknik One-Sample Kolmogorov-Smirnov. Hipotesis nol (H_0) dalam uji ini menyatakan bahwa residu data terdistribusi secara normal. Hasil pengujian disajikan pada Tabel 2:

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas (One-Sample Kolmogorov-Smirnov)

Parameter	Unstandardized Residual
N	180
Test Statistic	0,052
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,200

Sumber: Hasil Olah Data SPSS 26

Nilai Asymptotic Significance (2-tailed) sebesar 0,200 jauh melampaui taraf signifikansi $a = 0{,}05$. Dengan demikian, H_0 diterima, yang berarti residu data dalam penelitian ini terdistribusi secara normal. Normalitas ini mengisyaratkan bahwa sampel yang diambil telah merepresentasikan populasi secara baik dan hasil regresi nantinya dapat diandalkan untuk pengambilan kesimpulan.

Selanjutnya, uji linearitas dilakukan untuk memastikan bahwa model regresi linier adalah spesifikasi yang tepat untuk menggambarkan hubungan antara variabel X dan Y. Analisis dilakukan melalui prosedur Compare Means pada Tabel ANOVA:

Tabel 3. Hasil Uji Linearitas (Tabel ANOVA)

Sumber Variasi	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups (Combined)	16,342	45	0,363	4,215	0,000
Linearity	5,124	1	5,124	59,581	0,000
Deviation from Linearity	11,218	44	0,255	2,965	0,082
Whitin Groups	11,524	134	0,086		
Total	27,866	179			

Sumber: Hasil Olah Data SPSS 26

Hasil pada Tabel 3 menunjukkan nilai signifikansi pada baris Linearity sebesar 0,000. Karena nilai tersebut jauh di bawah 0,05, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linier yang signifikan secara statistik antara kemampuan regulasi diri dan prestasi akademik. Lebih lanjut, nilai signifikansi pada baris Deviation from Linearity sebesar 0,082 ($p > 0{,}05$) menegaskan bahwa model linier yang diusulkan adalah model yang cocok (fit) untuk menjelaskan data lapangan tanpa memerlukan model non-linier yang lebih kompleks.

4. Pengujian Hipotesis: Analisis Regresi Linier Sederhana

Setelah seluruh asumsi terpenuhi, peneliti melakukan analisis regresi linier sederhana untuk menentukan kekuatan prediksi variabel regulasi diri terhadap prestasi akademik. Hasil analisis koefisien determinasi dan uji signifikansi koefisien regresi dipaparkan sebagai berikut:

Tabel 4. Koefisien Determinasi (R^2)

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0,458	0,210	0,205	0,312

Sumber: Hasil Olah Data SPSS 26

Tabel 4 menyajikan nilai R Square sebesar 0,210. Angka ini memberikan bukti empiris bahwa variabel regulasi diri mampu menjelaskan 21% varians dalam prestasi akademik mahasiswa STAI Darul Hikmah Bangkalan. Meskipun angka ini menunjukkan pengaruh dalam kategori rendah-menengah, signifikansinya secara statistik tetap tidak dapat diabaikan dalam konteks psikologi pendidikan.

Tabel 5. Uji Signifikansi Koefisien Regresi (Uji-t)

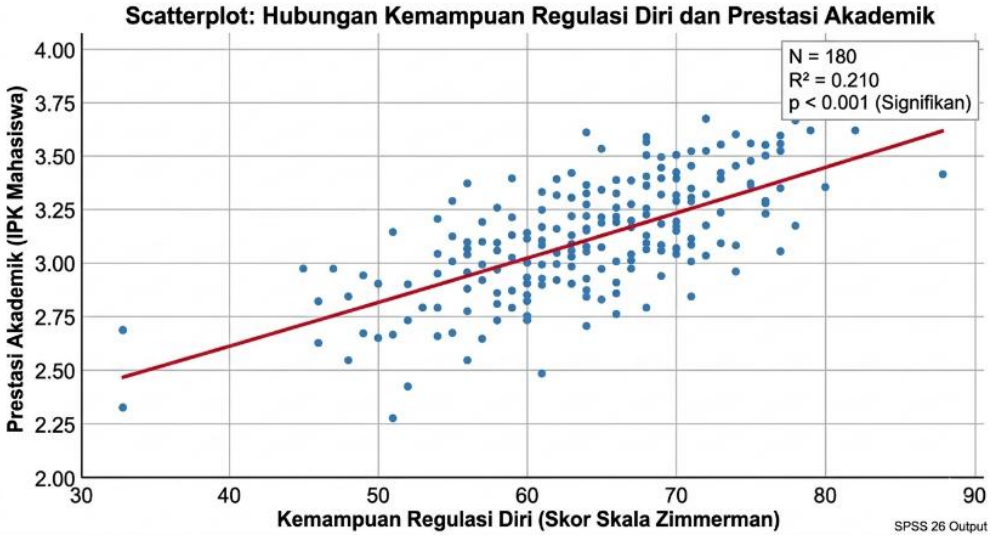
Model	Unstandardized B	Std. Error	t	Sig.
(Constant)	2,431	0,136	17,913	0,000
Regulasi Diri	0,014	0,002	6,875	0,000

Sumber: Hasil Olah Data SPSS 26

Uji-t pada Tabel 5 menunjukkan nilai t hitung sebesar 6,875 dengan tingkat signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Temuan ini secara meyakinkan menolak H_0 dan menerima hipotesis penelitian bahwa kemampuan regulasi diri merupakan determinan yang signifikan bagi prestasi akademik mahasiswa. Nilai koefisien regresi (B) sebesar 0,014 mengimplikasikan adanya arah hubungan positif yang konsisten: setiap penambahan satu skor pada variabel regulasi diri akan diikuti oleh peningkatan IPK sebesar 0,014 poin.

5. Visualisasi dan Analisis Sebaran Data

Untuk memperjelas arah dan kekuatan hubungan tersebut, peneliti menyajikan visualisasi data melalui grafik scatter plot yang memetakan posisi setiap responden berdasarkan koordinat skor regulasi diri (X) dan prestasi akademik (Y):



Gambar 1. Scatter Plot Hubungan Linier antara Regulasi diri dan Prestasi Akademik
Sumber: Hasil Olah Data SPSS 26

Gambar 1 memperlihatkan sebaran data mahasiswa yang cenderung mengikuti arah garis regresi. Tren positif ini memberikan konfirmasi visual terhadap hasil analisis statistik. Namun, peneliti juga mengamati adanya pencilan (outliers) dan sebaran data yang tidak menempel rapat pada garis regresi. Fenomena ini menjelaskan mengapa nilai R^2 berada pada angka 21%. Terdapat kelompok responden yang memiliki kemampuan regulasi diri tinggi namun prestasi akademiknya berada pada level moderat, serta sebaliknya. Anomali ini mengindikasikan adanya faktor-faktor eksternal dan internal lain—seperti beban kurikulum kepesantrenan yang spesifik atau kondisi motivasi situasional—yang ikut menentukan sisa varians sebesar 79% dalam prestasi akademik mahasiswa. Temuan ini menegaskan bahwa meskipun regulasi diri adalah pilar penting, ia bukan satu-satunya faktor tunggal yang memonopoli kesuksesan akademik di lingkungan kampus berbasis agama.

PEMBAHASAN

Analisis data dalam penelitian ini memberikan penegasan empiris yang kuat bahwa kemampuan regulasi diri (self-regulation) merupakan determinan signifikan bagi prestasi akademik mahasiswa di perguruan tinggi Islam. Temuan utama menunjukkan nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,210, yang mengindikasikan bahwa variabel regulasi diri mampu menjelaskan 21% varians prestasi akademik yang diukur melalui Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) di STAI Darul Hikmah Bangkalan. Melalui uji-t, diperoleh nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) dengan koefisien regresi (B) sebesar 0,014. Angka ini secara matematis menunjukkan

bahwa setiap peningkatan satu satuan skor regulasi diri akan berkontribusi secara linier terhadap kenaikan IPK sebesar 0,014 poin. Temuan ini selaras dengan argumen Pérez-González et al. (2022) yang menyatakan bahwa faktor non-kognitif memiliki peran vital yang setara dengan kecerdasan intelektual dalam memprediksi keberhasilan akademik. Secara visual, pola hubungan positif ini dipertegas oleh sebaran data pada scatter plot yang bergerak searah garis diagonal regresi, membuktikan bahwa semakin tinggi kapasitas mahasiswa dalam mengatur navigasi belajarnya, semakin optimal prestasi akademik yang diraih.

Secara teoretis, hasil ini memperkuat kerangka Self-Regulated Learning (SRL) yang diusulkan oleh Zimmerman (2002). Mahasiswa dengan skor regulasi diri yang tinggi (rata-rata = 64,50) terbukti lebih efektif dalam menjalankan siklus sirkular yang meliputi fase pemikiran ke depan (forethought phase), kontrol kinerja (performance phase), dan refleksi diri (self-reflection phase). Dalam konteks STAI Darul Hikmah Bangkalan, fase pemikiran ke depan tampak pada kemampuan mahasiswa dalam menetapkan target hafalan atau pemahaman kitab di samping tugas-tugas perkuliahan umum. Temuan ini juga mendukung pandangan Pintrich (2000) mengenai integrasi aspek kognisi, motivasi, dan regulasi perilaku sebagai satu kesatuan landasan keberhasilan belajar, serta memperjelas tinjauan Panadero (2017) mengenai model-model SRL dalam riset pendidikan. Pintrich (2000) menekankan bahwa siswa yang meregulasi diri tidak hanya memiliki keterampilan teknis belajar, tetapi juga memiliki kehendak (will) dan kendali atas lingkungan sosialnya untuk mencapai tujuan akademik yang spesifik.

Menarik untuk dicatat bahwa kontribusi sebesar 21% dalam penelitian ini tercatat lebih tinggi dibandingkan beberapa studi serupa di lingkungan pendidikan umum internasional. Sebagai perbandingan, temuan Baissane dan Zaid (2025) di Maroko melaporkan kontribusi SRL pada rentang 14% hingga 17% terhadap prestasi bahasa. Aksentuasi angka 21% di Bangkalan kemungkinan besar dipengaruhi oleh ekosistem nilai keagamaan yang menjadi pilar institusi. Nilai-nilai spiritualitas yang diajarkan di perguruan tinggi Islam berfungsi sebagai penguat (reinforcement) bagi regulasi diri mahasiswa melalui konsep disiplin waktu dan tanggung jawab moral. Hal ini relevan dengan tesis Chitra et al. (2022) yang menyatakan bahwa strategi pembelajaran yang dipersonalisasi memungkinkan siswa tetap resilien dalam mencapai target akademik meskipun berada dalam lingkungan tugas yang sangat kompleks dan menuntut.

Namun, posisi temuan ini juga memicu dialog kritis dengan penelitian Xu et al. (2022) yang berfokus pada lingkungan daring. Meskipun Xu et al. (2022) berpendapat bahwa SRL paling krusial pada pembelajaran jarak jauh, data dari STAI Darul Hikmah Bangkalan menunjukkan bahwa dalam sistem luring pun, SRL tetap menjadi prediktor yang tangguh. Sejalan dengan argumen Kumar dan Kapoor (2025), struktur pembelajaran luring di sekolah tinggi agama memberikan akuntabilitas sosial yang lebih nyata. Kehadiran dosen dan rekan sejawat secara fisik menciptakan lingkungan "pengawasan sosial" yang memperkuat motivasi ekstrinsik mahasiswa, yang jika diinternalisasi dengan baik, akan bertransformasi menjadi kemampuan regulasi diri yang solid.

Implikasi dari temuan ini menegaskan bahwa keberhasilan akademik di lembaga pendidikan Islam tidak semata-mata bergantung pada kapasitas kognitif statis, melainkan sangat ditentukan oleh efektivitas strategi SRL yang terintegrasi dengan nilai-nilai spiritual (Alistriana et al., 2024; Astuti, 2024). Penggunaan keterampilan metakognitif dalam SRL telah terbukti membantu mahasiswa meningkatkan ketahanan kognitif serta stabilitas emosional yang dibutuhkan untuk mencapai kesuksesan (Abba, Hafiz & Gurjiya, S. A., 2025; Jabbar, 2025). Dalam konteks spesifik di Madura, regulasi mandiri dapat dipandang sebagai manifestasi praktis dari konsep jihad al-nafs (perjuangan melawan hawa nafsu), di mana mahasiswa berjuang untuk tetap tangguh menghadapi beban kurikulum ganda yang mencakup disiplin ilmu keagamaan klasik dan sains modern.

Karakteristik mahasiswa STAI Darul Hikmah yang sebagian besar memiliki latar belakang santri memberikan dimensi unik pada aspek effort regulation atau regulasi usaha. Strategi evaluasi diri dan kontrol perilaku teridentifikasi sebagai prediktor positif bagi keberhasilan ini (Xu et al., 2022). Integrasi antara SRL dan motivasi intrinsik religius terbukti mampu mereduksi perilaku maladaptif seperti prokrastinasi, serta memperkuat alur akademik (academic flow) dalam mencapai luaran belajar yang optimal (Fatwalino, 2024; Ningsih & Anggraini, 2025). Kepatuhan terhadap jadwal kegiatan pesantren yang sangat ketat secara tidak langsung melatih mahasiswa dalam manajemen waktu—sebuah komponen inti dari dimensi kontrol perilaku dalam SRL—yang kemudian tereskalasi ke dalam performa akademik mereka di kampus.

Meskipun model regresi ini memberikan landasan empiris yang kuat, fakta bahwa terdapat 79% varians prestasi akademik yang dipengaruhi oleh faktor lain di luar model memerlukan diskusi mendalam. Sejalan dengan klasifikasi Meepradit et al., (2022), faktor-

faktor tambahan tersebut dapat mencakup dimensi demografis seperti tingkat ekonomi keluarga, fasilitas pendukung pembelajaran, hingga variabel perilaku harian seperti durasi tidur dan pola penggunaan gawai. Peneliti mengamati bahwa dukungan lingkungan keluarga tetap menjadi variabel kunci yang melengkapi efektivitas regulasi diri (Kaur & Kaur, 2025). Mahasiswa yang mendapatkan dukungan moral dan finansial yang stabil dari orang tua cenderung memiliki fokus yang lebih tenang dalam menjalankan strategi regulasi belajarnya.

Selain itu, faktor institusional seperti kompetensi pedagogis dosen dan ketersediaan sumber daya perpustakaan juga berkontribusi secara signifikan (Caixia et al., 2025; Graduate School of Management (GSM), Management and Science University (MSU), Selangor, Malaysia. et al., 2025). Di STAI Darul Hikmah, kedekatan emosional antara dosen dan mahasiswa yang sering kali berbasis pada pola hubungan "Kiai-Santri" menciptakan motivasi eksternal yang kuat. Keterlibatan dalam organisasi kemahasiswaan atau kegiatan ekstra kurikuler di pesantren juga mungkin menjadi variabel antara (intervening) yang memengaruhi bagaimana mahasiswa mengalokasikan sumber daya mentalnya. Hal ini menjelaskan mengapa kontribusi regulasi diri mandiri hanya berada pada angka 21%, karena dalam ekosistem PTKIS, keberhasilan seorang mahasiswa sering kali merupakan hasil sinergi antara kemandirian individu dan kuatnya sistem pendukung sosial-religius di sekitarnya.

Peneliti menyadari bahwa studi ini memiliki keterbatasan inheren akibat penggunaan desain cross-sectional, yang hanya memotret hubungan antar variabel pada satu titik waktu tertentu. Hal ini menyebabkan sulitnya menarik kesimpulan mengenai dinamika perubahan regulasi diri mahasiswa dari semester ke semester secara longitudinal. Penggunaan instrumen laporan diri (self-report) dalam bentuk kuesioner juga membuka celah bagi bias subjektivitas dan social desirability bias, di mana responden mungkin menjawab sesuai dengan apa yang dianggap ideal secara norma, bukan berdasarkan perilaku aktual mereka (Suan, 2023). Dang et al. (2025) juga memperingatkan bahwa persepsi mahasiswa terhadap lingkungan belajar—terutama jika terdapat transisi ke sistem blended learning—dapat memengaruhi derajat pengaruh SRL terhadap IPK.

Sebagai langkah preventif dan pengembangan, pelatihan SRL terstruktur dipandang sebagai intervensi yang sangat efektif untuk menutup kesenjangan prestasi akademik di masa depan (Theobald, 2021). Sekolah tinggi perlu merancang program bimbingan akademik yang tidak hanya fokus pada konten materi, tetapi juga pada "cara belajar" (learning how to learn). Penguatan strategi regulasi mandiri berbasis kearifan lokal dan nilai religius sangat diperlukan

di STAI Darul Hikmah Bangkalan untuk menghasilkan lulusan yang tidak hanya unggul secara intelektual, tetapi juga memiliki kemandirian belajar yang tangguh dan berdaya saing di kancah nasional.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa kemampuan pengaturan diri (self-regulation) merupakan determinan signifikan bagi prestasi akademik mahasiswa di lingkungan PTKIS. Bukti empiris menunjukkan bahwa variabel pengaturan diri memberikan kontribusi sebesar 21% ($R^2 = 0{,}210$) terhadap variasi IPK di STAI Darul Hikmah Bangkalan. Hasil uji hipotesis menunjukkan nilai t hitung sebesar 6,875 dengan signifikansi $p = 0{,}000$ ($p < 0{,}05$), yang secara meyakinkan menolak hipotesis nol. Secara matematis, koefisien regresi (B) sebesar 0,014 membuktikan bahwa setiap peningkatan satu skor pengaturan diri berdampak langsung pada kenaikan IPK sebesar 0,014 poin.

Sintesis temuan ini mengonfirmasi bahwa mahasiswa dengan strategi Self-Regulated Learning (SRL) yang matang, dengan skor rata-rata 64,50, cenderung lebih resilien dalam menghadapi kurikulum ganda. Kemandirian belajar ini menjadi jembatan antara potensi kognitif dan luaran akademik nyata, yang tercermin pada rata-rata IPK mahasiswa sebesar 3,35. Implikasinya, keberhasilan akademik tidak hanya bergantung pada bakat alami, melainkan pada keterampilan regulasi diri yang dapat dilatih secara sistematis.

Berdasarkan temuan tersebut, peneliti merekomendasikan pengelola institusi untuk mengintegrasikan pelatihan strategi SRL ke dalam bimbingan akademik rutin dan mengembangkan modul bimbingan yang disinergikan dengan nilai-nilai pesantren. Sebagai penutup, mengingat adanya 79% faktor lain di luar model, penelitian masa depan disarankan untuk mengeksplorasi variabel eksternal seperti dukungan sosial dan literasi digital melalui metode campuran (mixed-methods) guna memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai dinamika prestasi akademik di institusi berbasis agama.

DAFTAR PUSTAKA

Abba, H., & Gurjiya, S. A. (2025). Quality education amidst insecurity: Interplay of metacognition and self-regulation on academic achievement among senior secondary school students in Kaura-Namoda, Zamfara State. *Federal University Gusau Faculty of Education Journal, 5*(2), 29–34. https://doi.org/10.64348/zije.20256

Alistriana, A., Wulandari, I. S., & Abiyaksa, I. T. (2024). Pedekatan Holistik dalam Manajemen Kesiswaan: Akademik, Karakter, dan Bakat. *Karakter: Jurnal Riset Ilmu Pendidikan Islam, 2*(1), 302–315. https://doi.org/10.61132/karakter.v2i1.400

Astuti, S. (2024). Peningkatan Kemampuan Berpikir Kritis dan Kompetensi Mahasiswa PGSD Menggunakan Fitur F-Learn Assigment dan Forum. *Scholaria: Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan, 14*(2), 144–154. https://doi.org/10.24246/j.js.2024.v14.i2.p144-154

Baissane, O., & Zaid, H. (2025). Bridging the gap: Exploring self-regulated learning and academic achievement in Moroccan higher education. *Journal of Interdisciplinary Studies in Education, 14*(4), 139–152. https://ojed.org/jise/article/view/7863

Chitra, E., Hidayah, N., Chandratilake, M., & Nadarajah, V. D. (2022). Self-regulated learning practice of undergraduate students in health professions programs. *Frontiers in Medicine, 9*, 803069. https://doi.org/10.3389/fmed.2022.803069

Dagnino, P., Cordeu, C., Franco-Chalco, E., Gloger, S., Duisallant, M., Mizon, J., & Romero, L. (2025). The impact of different adverse childhood experiences on the dimensions of emotional dysregulation in adults with major depression. *Frontiers in Psychology, 16*, 1587042. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1587042

Dang, H. A. T., Nguyen, V. T. T., Nguyen, T. G. K., & Nguyen, N. Q. N. (2025). Khám phá mối liên hệ giữa học tập tự điều chỉnh và tự đánh giá kết quả học tập trong môi trường học tập kết hợp—Exploring the relationship between self-regulated learning and students' self-evaluation academic achievement towards blended learning environment. *Journal of Education and Society, 154*. https://doi.org/10.64410/ZDKQ4275

Fatwalino, W., Rejeki, A., & Puspitaningrum, N. S. E. (2024). Pengaruh antara Self-Regulated Learning dan Flow Akademik terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Muhammadiyah Gresik. *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan dan Kebidanan, 2*(4), 208–220. https://doi.org/10.61132/corona.v2i4.874

Hidayat, F. (2024). *Uji Validitas Isi Modul Pelatihan Empati untuk Mengurangi Perilaku Bullying pada Siswa Boarding di SMP X Kota Jambi* [Skripsi, Universitas Jambi]. https://repository.unja.ac.id/72674/

Jabbar, S. A. (2025). The interplay of self-regulation and achievement in education [Preprint]. Preprints.org. https://doi.org/10.20944/preprints202509.1155.v1

Kaur, S., & Kaur, H. (2025). Self-regulation, family climate, and gender: A study of rural adolescent development. *International Journal of Indian Psychology, 13*(2). https://ijip.co.in/index.php/ijip/article/view/9453

Kumar, A., & Kapoor, M. (2025). Impact of self-regulated learning on academic performance in online and offline learning environment. *International Journal of Interdisciplinary Approaches in Psychology, 3*(7), 65–83. https://doi.org/10.61113/ijiap.v3i7.1085

Liu, C., Abu Bakar, Z., & Xu, Q. (2025). Self-regulated learning and academic achievement in higher education: A decade systematic review. *International Journal of Research and Innovation in Social Science, 9*(3), 4488–4504. https://doi.org/10.47772/IJRISS.2025.90300358

Meepradit, K., & Leelakanok, N. (2022). Factors affecting GPA in higher education in Asia: A systematic review. *International Journal of Early Childhood Special Education, 14*(1), 1581–1595. https://doi.org/10.9756/INT-JECSE/V14I1.190

Ningsih, D. P., & Anggraini, E. (2025). Integrasi Self-Regulated Learning dan Motivasi Intrinsik: Fondasi Prestasi Akademik Mahasiswa. *MANDALA WIDYA: Jurnal Ilmu Pendidikan, 1*(1), 26–36. https://doi.org/10.71094/mandalawidya.v1i1.4

Panadero, E. (2017). A review of self-regulated learning: Six models and four directions for research. *Frontiers in Psychology, 8*, 422. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00422

Pérez-González, J.-C., Filella, G., Soldevila, A., Faiad, Y., & Sanchez-Ruiz, M.-J. (2022). Integrating self-regulated learning and individual differences in the prediction of university academic achievement across a three-year-long degree. *Metacognition and Learning, 17*(3), 1141–1165. https://doi.org/10.1007/s11409-022-09315-w

Pintrich, P. R. (2000). The role of goal orientation in self-regulated learning. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 451–502). Academic Press. https://doi.org/10.1016/B978-012109890-2/50043-3

Steinmayr, R., Meißner, A., Weidinger, A. F., & Wirthwein, L. (2014). Academic achievement. *Oxford Bibliographies*. https://www.oxfordbibliographies.com/abstract/document/obo-9780199756810/obo-9780199756810-0108.xml

Suan, A. F. (2023). Self-regulation as an antecedent of academic achievement: A mixed method study. *British Journal of Multidisciplinary and Advanced Studies, 4*(4), 20–43. https://doi.org/10.37745/bjmas.2022.0246

Theobald, M. (2021). Self-regulated learning training programs enhance university students' academic performance, self-regulated learning strategies, and motivation: A meta-analysis. *Contemporary Educational Psychology, 66*, 101976. https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2021.101976

Waheed, Z., Tham, J., & Ooi, B. K. (2025). The impact of self-regulated learning strategies on academic performance: A systematic review. *Social Science and Human Research Bulletin, 2*(8), 398–407. https://doi.org/10.55677/SSHRB/2025-3050-0803

Xu, L., Duan, P., Padua, S. A., & Li, C. (2022). The impact of self-regulated learning strategies on academic performance for online learning during COVID-19. *Frontiers in Psychology, 13*, 1047680. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1047680

Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner: An overview. *Theory Into Practice, 41*(2), 64–70. https://doi.org/10.1207/s15430421tip4102_2