

PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN REGULASI DIRI DALAM BELAJAR DENGAN KETERLIBATAN AKADEMIK PADA MAHASISWA

Tia Sekar Rahmawati; Isnaya Arina Hidayati
Prodi Sarjana Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah
Surakarta

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh dukungan sosial dan regulasi diri dalam belajar dengan keterlibatan akademik pada mahasiswa. Hipotesis yang diajukan adalah terdapat pengaruh positif antara dukungan sosial dengan keterlibatan akademik, terdapat hubungan positif antara regulasi diri dalam belajar dengan keterlibatan akademik, serta terdapat hubungan positif dukungan sosial dan regulasi diri dalam belajar secara simultan dengan keterlibatan akademik mahasiswa. Partisipan penelitian berjumlah 136 mahasiswa aktif program sarjana (S1) berusia 18-25 Tahun yang berasal dari berbagai perguruan tinggi di Kota Surakarta di pilih menggunakan teknik purposive sampling. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Data dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner daring menggunakan Skala Dukungan Sosial yang diadaptasi dari *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS), Skala Regulasi Diri Dalam Belajar berdasarkan teori Zimmerman, serta Skala Keterlibatan Akademik berdasarkan Fredricks et al. Analisis data dilakukan menggunakan regresi bantuan perangkat lunak Jamovi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial dan regulasi diri dalam belajar secara simultan berpengaruh signifikan terhadap keterlibatan akademik ($F = 68,9$; $p < .001$) dengan koefisien determinasi sebesar $R^2 = 0,509$. Secara parsial, dukungan sosial berpengaruh positif signifikan ($t = 2,79$; $p = .006$), sedangkan regulasi diri dalam belajar berpengaruh negatif signifikan ($t = -8,73$; $p < .001$). Penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial berperan penting dalam meningkatkan keterlibatan akademik mahasiswa, sementara hubungan regulasi dalam belajar dengan keterlibatan akademik masih memerlukan kajian lebih lanjut. Implikasi penelitian menunjukkan pentingnya dukungan sosial dalam meningkatkan keterlibatan akademik serta menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya mengenai faktor-faktor yang memengaruhi regulasi diri dalam belajar.

Kata Kunci: dukungan sosial, regulasi diri dalam belajar, keterlibatan akademik, mahasiswa.

Abstract

This study aims to examine the influence of social support and self-regulated learning on students' academic engagement. The hypotheses proposed are that there is a positive influence of social support on academic engagement, a positive relationship between self-regulated learning and academic engagement, and a positive relationship between the combination of social support and self-regulated learning and students' academic engagement. The participants consisted of 136 active undergraduate students (aged 18–25) from various universities in Surakarta, selected using purposive sampling. This study employed a quantitative approach with a correlational design. Data were collected via online questionnaires using the Social Support Scale (adapted from the Multidimensional Scale of Perceived Social Support/MSPSS), the Self-Regulated Learning Scale (based on

Zimmerman's theory), and the Academic Engagement Scale (based on Fredricks et al.). Data analysis was performed using regression analysis via Jamovi software. The results indicate that social support and self-regulated learning simultaneously have a significant effect on academic engagement ($F = 68.9$; $p < .001$), with a coefficient of determination of $R^2 = 0.509$. Individually, social support had a significant positive effect ($t = 2.79$; $p = .006$), whereas self-regulated learning had a significant negative effect ($t = -8.73$; $p < .001$). The study demonstrates that social support plays a crucial role in enhancing students' academic engagement, while the relationship between self-regulated learning and academic engagement warrants further investigation. The study's implications highlight the importance of social support in boosting academic engagement and provide a foundation for future research on the factors influencing self-regulated learning.

Keywords: social support, self-regulation in learning, academic engagement, student

1. PENDAHULUAN

Keterlibatan akademik mahasiswa merupakan aspek penting dalam pendidikan tinggi karena mencerminkan tingkat partisipasi mahasiswa dalam proses pembelajaran, baik secara perilaku, kognitif, maupun emosional. Keterlibatan akademik mencakup kehadiran dan partisipasi dalam aktivitas akademik, pemahaman terhadap materi pembelajaran, serta ketertarikan dan sikap positif terhadap kegiatan perkuliahan (Fredricks et al., 2004; Appleton et al., 2008). Mahasiswa dengan keterlibatan akademik yang baik cenderung memiliki motivasi belajar tinggi, berusaha secara konsisten, serta mampu menyelesaikan tuntutan akademik dengan optimal. Sebaliknya, rendahnya keterlibatan akademik dapat ditandai dengan kurangnya partisipasi kelas, rendahnya motivasi belajar, serta menurunnya usaha mahasiswa dalam memenuhi tuntutan akademik (Fredricks et al., 2004; Lindner et al., 2023).

Keterlibatan akademik menjadi perhatian karena berkaitan dengan keberhasilan studi, keberlanjutan pendidikan, dan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa dengan keterlibatan akademik rendah lebih rentan mengalami penundaan tugas, penurunan motivasi, serta kesulitan mempertahankan keberlangsungan studi (Lindner et al., 2023). Namun, pada kenyataannya masih ditemukan mahasiswa yang belum mampu mempertahankan keterlibatan akademik secara optimal akibat tekanan akademik, tuntutan perkuliahan, perubahan lingkungan belajar, serta meningkatnya perilaku *prokrastinasi* akademik (Kahu, 2013). Kondisi tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara harapan pendidikan tinggi yang menuntut mahasiswa aktif dan mandiri dengan realitas bahwa sebagian mahasiswa masih mengalami hambatan dalam keterlibatan akademik. Penelitian pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta menunjukkan bahwa mahasiswa masih

menghadapi berbagai tuntutan akademik yang dapat mempengaruhi kondisi psikologis selama menjalani perkuliahan. Dukungan sosial terbukti berhubungan dengan *academic burnout*, sehingga semakin tinggi dukungan sosial yang diterima mahasiswa, semakin rendah tingkat *academic burnout* yang dialami (Feburasika, 2024). Selain itu, penelitian pada mahasiswa baru Universitas Muhammadiyah Surakarta juga menunjukkan bahwa dukungan sosial berperan dalam menurunkan tingkat stres akademik dan membantu mahasiswa menyesuaikan diri terhadap tuntutan perkuliahan (Khusmar, 2023).

Rendahnya keterlibatan akademik juga dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya penggunaan media sosial yang berlebihan selama proses pembelajaran yang dapat menurunkan konsentrasi, motivasi akademik, dan partisipasi mahasiswa (Junco, 2012; Kirschner & Karpinski, 2010). Selain faktor eksternal, dukungan sosial menjadi salah satu faktor yang diperkirakan berhubungan dengan keterlibatan akademik mahasiswa karena memberikan bantuan emosional, informasi, penghargaan, maupun dukungan instrumental dalam menghadapi tuntutan akademik (Sarafino & Smith, 2017). Mahasiswa yang memperoleh dukungan sosial dari keluarga, teman sebaya, maupun lingkungan akademik cenderung memiliki motivasi belajar lebih baik, mampu menghadapi tekanan akademik, serta lebih aktif dalam proses pembelajaran (Tindle et al., 2022; Rahmadini & Salim, 2023; Anjani et al., 2024). Oleh karena itu, dukungan sosial menjadi aspek penting yang perlu dikaji sebagai faktor eksternal yang dapat memperkuat keterlibatan akademik mahasiswa.

Selain dukungan sosial, faktor internal yang berperan dalam keterlibatan akademik adalah regulasi diri dalam belajar. Regulasi diri dalam belajar menggambarkan kemampuan individu dalam mengatur proses belajar melalui tahap perencanaan, pemantauan, dan evaluasi terhadap aktivitas akademiknya (Zimmerman, 2002). Mahasiswa dengan regulasi diri yang baik mampu menetapkan tujuan belajar, mengatur waktu, memilih strategi belajar yang sesuai, serta mempertahankan motivasi ketika menghadapi hambatan akademik (Broadbent & Poon, 2023). Hubungan antara dukungan sosial, regulasi diri dalam belajar, dan keterlibatan akademik dapat dijelaskan melalui *Self-Determination Theory* yang dikembangkan oleh Ryan dan Deci (2002), bahwa pemenuhan kebutuhan psikologis berupa keterhubungan (*relatedness*), kompetensi (*competence*), dan otonomi (*autonomy*) dapat mendorong individu untuk terlibat secara optimal dalam aktivitas akademik.

Berbagai penelitian terdahulu menunjukkan bahwa dukungan sosial dan regulasi diri dalam belajar memiliki hubungan positif dengan keterlibatan akademik mahasiswa. Yuan et al. (2023) menemukan bahwa dukungan sosial dari dosen, teman sebaya, dan keluarga berkontribusi terhadap peningkatan keterlibatan akademik melalui penguatan motivasi dan kesejahteraan psikologis mahasiswa, sedangkan Kim dan Jang (2024) menunjukkan bahwa regulasi diri dalam belajar berhubungan dengan peningkatan keterlibatan akademik melalui kemampuan mahasiswa dalam mengelola proses belajarnya. Meskipun penelitian mengenai variabel tersebut telah banyak dilakukan, sebagian besar kajian masih menguji hubungan antar variabel secara terpisah dan belum banyak mengintegrasikan dukungan sosial serta regulasi diri dalam belajar secara simultan, khususnya pada konteks mahasiswa Indonesia yang memiliki karakteristik sosial dan budaya berbeda. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan dukungan sosial dan regulasi diri dalam belajar dengan keterlibatan akademik mahasiswa secara parsial maupun simultan guna memperluas kajian psikologi pendidikan serta memberikan dasar bagi institusi pendidikan dalam merancang strategi peningkatan keterlibatan akademik mahasiswa.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan korelasional yang bertujuan mengetahui pengaruh antara dukungan sosial, regulasi diri dalam belajar, dan keterlibatan akademik mahasiswa melalui analisis data numerik tanpa memberikan perlakuan terhadap variabel penelitian (Creswell, 2018). Variabel dependen dalam penelitian ini adalah keterlibatan akademik, sedangkan variabel independen meliputi dukungan sosial dan regulasi diri dalam belajar. Keterlibatan akademik didefinisikan sebagai tingkat partisipasi aktif mahasiswa dalam pembelajaran yang mencakup aspek perilaku, emosional, kognitif, dan *agentic engagement* berdasarkan teori Fredricks et al. (2004). Dukungan sosial diukur menggunakan *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) dari Zimet et al. (1988), sedangkan regulasi diri dalam belajar diukur berdasarkan teori Zimmerman (2002) yang mencakup kemampuan mahasiswa dalam merencanakan, mengontrol, dan mengevaluasi aktivitas belajar.

Partisipan penelitian adalah mahasiswa aktif program sarjana (S1) di perguruan tinggi wilayah Kota Surakarta berusia 18–25 tahun yang dipilih menggunakan teknik *purposive*

sampling sesuai tujuan penelitian. Kriteria partisipan meliputi mahasiswa aktif yang sedang mengikuti perkuliahan, bersedia mengikuti penelitian melalui *informed consent*, serta memenuhi kriteria inklusi yang telah ditetapkan, sedangkan mahasiswa yang tidak aktif, mengisi kuesioner secara tidak lengkap, atau tidak sesuai kriteria tidak dilibatkan dalam analisis. Pengumpulan data dilakukan secara daring melalui Google Form pada Januari–Februari 2025 dengan penyebaran melalui media akademik, komunitas mahasiswa, dan platform pembelajaran. Dari 175 respons yang diperoleh, sebanyak 136 respons dinyatakan valid dan digunakan sebagai sampel penelitian karena telah memenuhi kebutuhan analisis regresi linear berganda dengan dua variabel prediktor.

Instrumen penelitian menggunakan tiga skala psikologis berbentuk skala Likert, yaitu skala dukungan sosial, regulasi diri dalam belajar, dan keterlibatan akademik. Skala dukungan sosial mengacu pada MSPSS Zimet et al. (1988) yang terdiri atas 12 aitem dengan aspek *significant other*, dukungan keluarga, dan dukungan teman, sedangkan skala regulasi diri dalam belajar berdasarkan Zimmerman (2002) terdiri atas 25 aitem dengan aspek metakognisi, motivasi, dan perilaku. Skala keterlibatan akademik mengacu pada Fredricks et al. (2004) yang terdiri atas 29 aitem dengan aspek *cognitive engagement*, *emotional engagement*, *behavioral engagement*, dan *agentic engagement*. Seluruh instrumen telah melalui uji validitas dan reliabilitas dengan hasil seluruh aitem dinyatakan valid serta memiliki nilai Cronbach's Alpha $> 0,70$ sehingga layak digunakan dalam penelitian.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil Penelitian

Proses rekrutmen partisipan dalam penelitian ini dilaksanakan pada periode 29 April 20216 sampai dengan 16 Mei 2026. Pengumpulan data dilakukan selama rentan waktu tersebut dengan menggunakan instrumen penelitian yang ditetapkan. Mahasiswa aktif yang memenuhi kriteria responden menjadi partisipan. Data dihimpun secara daring melalui kuesioner. Penelitian ini tidak melibatkan pengukuran berulang (*repeated measure*) maupun tindak lanjut (*follow-up*), sehingga data dikumpulkan dalam satu waktu. Berikut adalah tabel mengenai gambaran umum partisipan.

Tabel 1. Deskripsi Partisipan

Karakteristik	Kategori	Frekuensi(f)	Persentase (%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	69	50,7
	Perempuan	67	49,3
Usia	18 tahun	2	1,5
	19 tahun	3	2,2
	20 tahun	12	8,8
	21 tahun	26	19,1
	22 tahun	78	57,4
	23 tahun	9	6,6
	24 tahun	4	2,9
	25 tahun	2	1,5
Angkatan	2020	6	4,4
	2021	6	4,4
	2022	91	66,9
	2023	21	15,4
	2024	8	5,9
	2025	4	2,9
	Universitas Muhammadiyah Surakarta	44	32,4
	Universitas Sebelas Maret	36	26,5
	Universitas Slamet Riyadi	16	11,8
	Universitas Batik Surakarta	10	7,4
	Universitas Surakarta	9	6,6
	Universitas Duta Bangsa Surakarta	4	2,9
	UIN Raden Mas Said Surakarta	3	2,2
Asal Perguruan Tinggi	Universitas Sahid Surakarta	3	2,2
	Institut Seni Indonesia Surakarta	3	2,2
	Universitas Tunas Pembangunan Surakarta	2	1,5
	Poltekkes Kemenkes Surakarta	1	0,7
	Universitas Muhammadiyah PKU Surakarta	1	0,7
	Universitas Terbuka Surakarta	1	0,7
	Universitas Dharma AUB	1	0,7

Universitas 'Aisyiyah	1	0,7
Surakarta		
Universitas Setia Budi	1	0,7
Surakarta		
Jumlah	136	100

Penelitian melibatkan 136 responden, dimana komposisi responden hampir setara sesuai jenis kelamin yaitu 69 laki-laki (50,7%) dan 67 perempuan (49,3%). Dari aspek usia, kelompok usia 22 tahun mendominasi 78 responden (57,4%), sedangkan usia 18 tahun dan 25 tahun menjadi kelompok terkecil, yaitu 2 responden (1,5%). Sementara itu, distribusi berdasarkan angkatan didominasi angkatan 2022 sebanyak 91 responden (66,9%), sedangkan angkatan 2025 paling rendah terendah, yaitu 4 responden (2,9%).

Tabel 2. Analisis Statistik Deskriptif

Variabel	N	Mean	Median	SD	Minimum	Maximum
Dukungan Sosial	136	39,5	39,0	4,60	29	48
Regulasi Diri dalam Belajar	136	45,4	46,0	8,48	27	63
Keterlibatan Akademik	136	120	120	11,0	94	144

Berdasarkan hasil analisis deskriptif terhadap 136 responden, variabel dukungan sosial memiliki nilai rata-rata 39,5, median 39,0, standar deviasi 4,60, dengan rentang skor 29–48. Variabel regulasi diri dalam belajar memperoleh nilai rata-rata 45,4, median 46,0, standar deviasi 8,48, serta rentang skor 27–63 yang menunjukkan variasi antarresponden lebih beragam. Sementara itu, variabel keterlibatan akademik memiliki nilai rata-rata dan median sebesar 120, standar deviasi 11,0, dengan skor minimum 94 dan maksimum 144. Secara keseluruhan, kedekatan nilai mean dan median pada ketiga variabel menunjukkan distribusi data relatif simetris dengan penyebaran yang tidak terlalu tinggi, sehingga data dinilai cukup homogen dan layak digunakan untuk analisis lebih lanjut.

Tabel 3. Kategorisasi Dukungan Sosial

Katego ri	Rentang Skor	Frekuens i	Persentase (%)
Renda h	$X < 34,90$	11	8,1
Sedang	$34,90 \leq X < 44,11$	102	75,0
Tinggi	$X \geq 44,11$	23	16,9
Jumlah		136	100

Mayoritas responden berkategori sedang, yaitu 102 orang (75,0%). Responden berkategori tinggi 23 orang (16,9%), sedangkan rendah 11 orang (8,1%). Temuan mengindikasikan tingkat dukungan sosial mahasiswa didominasi kategori sedang.

Tabel 4. Kategorisasi Regulasi Diri dalam Belajar

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	$X < 36,91$	24	17,6
Sedang	$36,91 \leq X < 53,88$	94	69,1
Tinggi	$X \geq 53,88$	18	13,2
Jumlah		136	100

Mayoritas responden berkategori sedang 94 orang (69,1%). Sebanyak 24 responden (17,6%) berkategori rendah, sedangkan 18 responden (13,2%) tinggi. Secara keseluruhan, regulasi diri dalam

Tabel 5. Kategorisasi Keterlibatan Akademik

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	$X < 109,35$	16	11,8
Sedang	$109,35 \leq X < 131,32$	101	74,3
Tinggi	$X \geq 131,32$	19	14,0
Jumlah		136	100

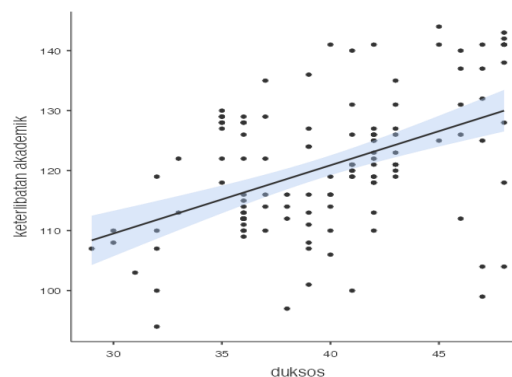
Berdasarkan kategorisasi Keterlibatan Akademik membuktikan mayoritas responden dengan keterlibatan akademik berkategori sedang, yaitu 101 responden (74,3%). Selanjutnya, sebanyak 19 responden (14,0%) berada pada kategori tinggi dan 16 responden (11,8%) berada pada kategori rendah. Dengan demikian, tingkat keterlibatan akademik mahasiswa dalam penelitian ini cenderung berada pada kategori sedang.

Sebelum dilakukan analisis lebih lanjut, terlebih dahulu dilakukan pengecekan asumsi untuk memastikan bahwa data penelitian memenuhi persyaratan analisis statistik yang digunakan. Salah satu uji asumsi yang dilakukan adalah uji normalitas untuk mengetahui apakah data pada setiap variabel penelitian memiliki distribusi normal. Pengujian normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* dengan kriteria pengambilan keputusan apabila nilai signifikansi (*Sig.*) > 0,05 maka data dinyatakan berdistribusi normal. Hasil uji normalitas data pada variabel dukungan sosial, regulasi diri dalam belajar, dan keterlibatan akademik disajikan pada Tabel 9 berikut.

Tabel 6. Uji Normalitas Data

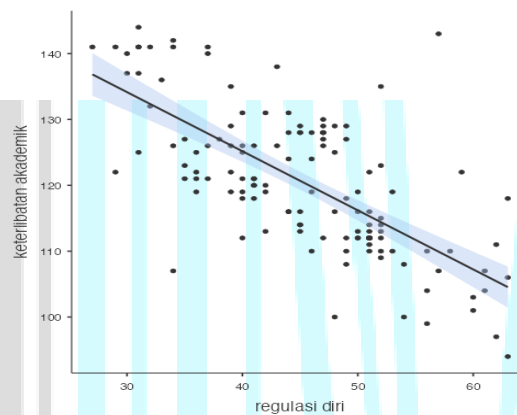
Uji normalitas	Variabel	Statistik	Sig.	Keterangan
Kolmogorov-Smirnov	Dukungan sosial, Regulasi diri, Keterlibatan akademik	0,103	.109	Normal

Berdasarkan hasil normalitas uji menggunakan metode **Kolmogorov-Smirnov** diperoleh nilai statistik sebesar 0.103 dengan nilai signifikansi ($\text{Sig.} = .109 > 0,05$). Karena nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, maka ketiga variabel berdistribusi **Normal**. Dengan Demikian, data pada variabel dukungan sosial, regulasi diri, dan keterlibatan akademik telah memenuhi asumsi normalitas sehingga layak dalam analisis regresi linier berganda.



Gambar 1. Uji Linearitas

Berdasarkan Gambar 1, terlihat sebaran titik (*scatter plot*) antara variabel dukungan sosial dan keterlibatan akademik mengikuti kecenderungan garis lurus (*linear*) serta tidak membentuk pola melengkung atau pola tertentu yang menunjukkan hubungan nonlinier. Sebaran data juga tampak mengikuti arah garis regresi dengan penyimpangan yang relatif kecil. Hal tersebut menunjukkan hubungan antara variabel dukungan sosial dengan keterlibatan akademik sesuai asumsi linearitas, sehingga analisis regresi linear dapat digunakan dalam uji hubungan kedua variabel.



Gambar 2. Uji Linearitas

Berdasarkan Gambar terlihat sebaran titik antara variabel regulasi diri dalam belajar dan keterlibatan akademik mengikuti arah garis regresi secara konsisten tanpa membentuk pola kurva tertentu. Sebaran titik menunjukkan adanya hubungan linear meskipun arah hubungan yang terbentuk cenderung negatif, yaitu tingginya skor regulasi diri penelitian menekan skor keterlibatan akademik. Dengan demikian, hubungan variabel regulasi diri dalam belajar dengan keterlibatan akademik sesuai asumsi linearitas sehingga layak dianalisis melalui regresi linear berganda.

Tabel 7. Uji Multikolinearitas

Variabel	<i>Tolerance</i>	VIF	Keterangan
Dukungan Sosial Keluarga	0,777	1.29	Tidak terjadi multikolinearitas
Regulasi Diri dalam Belajar	0,777	1.29	Tidak terjadi multikolinearitas

Nilai *Tolerance* 0,777 dan VIF 1.29 diekdua variabel independen. Nilai *tolerance* lebih besar $>0,10$ dan VIF lebih kecil < 10 , maka model regresi tidak *multikolinearitas*.

Tabel 8. Uji Heteroskedastisitas

Metode	Statistik	Sig.	Keterangan
Breusch-Pagan	5.01	.082	Tidak terjadi heteroskedastisitas
Goldfeld-Quandt	0.717	.908	Tidak terjadi heteroskedastisitas
Harrison-McCabe	0.539	.745	Tidak terjadi heteroskedastisitas

Berdasarkan tabel, seluruh metode pengujian *heteroskedastisitas* dengan nilai signifikan $> 0,05$.

Maka model regresi tidak mengalami gejala heteroskedastisitas yaitu sesuai asumsi *heteroskedastisitas*.

Pengujian hipotesis dilakukan untuk menjawab rumusan masalah penelitian mengenai hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen. Pengujian meliputi uji F untuk mengetahui pengaruh kedua variabel bebas secara bersama-sama, uji t untuk mengetahui pengaruh masing-masing variabel secara parsial, *uji koefisien determinasi (R^2)* untuk melihat besarnya kontribusi variabel bebas dalam menjelaskan variasi keterlibatan akademik, serta perhitungan sumbangan efektif untuk mengetahui kontribusi masing-masing variabel prediktor.

Hasil pengujian hipotesis penelitian disajikan sebagai berikut.

Tabel 9. Hasil Uji F

Model	F	df1	df2	p
Regresi Linier Berganda	68.9	2	133	<.001

Berdasarkan hasil uji regresi linear berganda membuktikan nilai F sebesar 68,9 dengan nilai signifikansi $<.001$ ($p < 0,05$). Maka, hipotesis mayor (H1) diterima, yang berarti dukungan sosial dan regulasi diri dalam belajar secara simultan berhubungan signifikan pada keterlibatan akademik mahasiswa.

Tabel 10. Hasil Uji t Parsial

Variabel	Estimate	t	p
Dukungan Sosial	0.459	2.79	.006
Regulasi Diri	-0.780	-8.73	<.001

Kesimpulan dari pengujian pada Tabel 14 yaitu:

- a. Variabel Dukungan Sosial dengan hasil uji parsial menunjukkan variabel dukungan sosial memperoleh nilai t 2.79 dengan nilai signifikansi .006 ($p < 0,05$). Maka, hipotesis minor pertama (H2) diterima, yaitu terdapat pengaruh positif yang signifikan dukungan sosial pada keterlibatan akademik mahasiswa.
- b. Adapun variabel Regulasi Diri dalam belajar memperoleh nilai t -8,73 dengan nilai signifikansi $<.001$ ($p < 0,05$), yaitu terdapat pengaruh signifikan dengan arah hubungan negatif. Oleh karena itu, apabila hipotesis yang diajukan dalam proposal menyatakan pengaruh positif, maka H3 ditolak karena pengaruh yang diperoleh tidak sesuai dengan hipotesis, meskipun pengaruhnya signifikan secara statistik.

Tabel 11. Hasil Uji R

Model	R	R ²	Adjusted R ²
1	0.713	0.509	0.501

Hasil uji koefisien determinasi (R^2) menghasilkan nilai 0,509. Maknanya, dukungan sosial dan regulasi diri dalam belajar menjelaskan 50,9% variasi keterlibatan akademik, sedangkan 49,1% sisanya dihubungkan faktor lain di luar penelitian. Model menunjukkan daya jelas yang cukup baik.

Tabel 12. Sumbangan Efektif (SE)

Variabel	Standar estimate (β)	r terhadap y	Sumbangan efektif (SE)
Dukungan Sosial (X_1)	0,192	0,477	9,16%
Regulasi Diri dalam Belajar (X_2)	-0,602	-0,693	41,72%

Berdasarkan perhitungan Sumbangan Efektif (SE), variabel dukungan sosial memiliki nilai 9,16% terhadap keterlibatan akademik, sedangkan variabel regulasi diri dalam belajar bernilai 41,72%. Hal ini menunjukkan regulasi diri dalam belajar memberikan kontribusi lebih besar

dalam menjelaskan variasi keterlibatan akademik dibandingkan dukungan sosial. Total sumbangan efektif tersebut adalah 50,88%, yang karena pembulatan setara dengan nilai *R Square* 50,90%. Secara teori, total sumbangan efektif seluruh variabel bebas seharusnya sama atau sangat mendekati nilai *R Square*. Hal ini menunjukkan perhitungan sumbangan efektif telah konsisten dengan hasil analisis regresi yang diperoleh.

3.2 Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial dan regulasi diri dalam belajar secara simultan berhubungan signifikan terhadap keterlibatan akademik mahasiswa berdasarkan hasil uji regresi linier berganda ($F = 68,9$; $p < 0,001$). Temuan ini menunjukkan bahwa keterlibatan akademik tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal mahasiswa, tetapi juga faktor eksternal dari lingkungan sosial. Hasil tersebut sesuai dengan teori Fredricks et al. (2004) yang menjelaskan bahwa keterlibatan akademik mencakup aspek *behavioral engagement*, *emotional engagement*, dan *cognitive engagement* yang berkembang melalui interaksi antara karakteristik individu dan lingkungan belajar. Dukungan sosial membantu memenuhi kebutuhan hubungan sosial, sedangkan regulasi diri dalam belajar mendukung kemampuan mahasiswa dalam mengelola proses belajar sehingga keduanya berperan dalam membentuk keterlibatan akademik mahasiswa.

Hasil pengujian hipotesis minor pertama menunjukkan bahwa dukungan sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap keterlibatan akademik mahasiswa ($t = 2,79$; $p = 0,006$), sehingga H2 diterima. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan berupa perhatian, penghargaan, informasi, serta bantuan emosional dan instrumental dari keluarga, teman sebaya, maupun dosen mampu meningkatkan motivasi, kepercayaan diri, serta partisipasi mahasiswa dalam kegiatan akademik (House, 1981). Hasil penelitian ini sejalan dengan Aisha et al. (2024) yang menemukan bahwa dukungan sosial berperan dalam meningkatkan keterlibatan akademik mahasiswa, serta Yuan et al. (2023) yang menjelaskan bahwa dukungan sosial dari lingkungan sekitar berkaitan dengan peningkatan motivasi dan partisipasi akademik mahasiswa. Temuan tersebut juga mendukung *Self-Determination Theory* Ryan dan Deci (2002), khususnya kebutuhan *relatedness* yang menjelaskan bahwa hubungan sosial positif dapat memperkuat motivasi individu untuk terlibat dalam aktivitas akademik.

Berbeda dengan hipotesis yang diajukan, hasil pengujian hipotesis minor kedua menunjukkan bahwa regulasi diri dalam belajar berpengaruh signifikan terhadap keterlibatan akademik, tetapi

dengan pengaruh yang negatif ($t = -8,73$; $p < 0,001$), sehingga H3 ditolak. Hasil ini berbeda dengan penelitian sebelumnya yang umumnya menemukan pengaruh positif antara regulasi diri dalam belajar dan keterlibatan akademik. Perbedaan tersebut dapat terjadi karena regulasi diri yang tinggi pada sebagian mahasiswa lebih berorientasi pada penyelesaian tugas dan pencapaian target akademik dibandingkan keterlibatan aktif dalam proses pembelajaran. Hal ini sesuai dengan pendapat Winne dan Hadwin (1998) serta Hadwin, Jarvela, dan Miller (2018) bahwa regulasi diri dipengaruhi oleh konteks belajar, karakteristik tugas, dan strategi individu dalam mengelola tuntutan akademik, sehingga kemampuan mengatur belajar tidak selalu diikuti peningkatan keterlibatan emosional maupun perilaku.

Berdasarkan hasil koefisien determinasi, dukungan sosial dan regulasi diri dalam belajar mampu menjelaskan 50,90% variasi keterlibatan akademik mahasiswa, sedangkan 49,10% sisanya dipengaruhi faktor lain di luar penelitian. Hasil sumbangan efektif menunjukkan bahwa dukungan sosial memberikan kontribusi sebesar 9,16%, sedangkan regulasi diri dalam belajar memberikan kontribusi sebesar 41,72%, sehingga regulasi diri menjadi variabel dengan kontribusi terbesar dalam model penelitian. Namun, besarnya kontribusi tidak selalu menunjukkan arah hubungan yang positif karena interpretasi regresi tetap mempertimbangkan nilai koefisien dan signifikansi. Temuan ini menunjukkan bahwa keterlibatan akademik merupakan konstruk yang kompleks dan dapat dipengaruhi oleh faktor lain seperti efikasi diri, motivasi intrinsik, *academic burnout*, kualitas pembelajaran, serta lingkungan akademik (Schaufeli et al., 2002; Upadyaya & Salmela-Aro, 2013).

Secara keseluruhan, penelitian ini membuktikan bahwa dukungan sosial dan regulasi diri dalam belajar memiliki peran penting dalam menjelaskan keterlibatan akademik mahasiswa. Dukungan sosial terbukti menjadi faktor eksternal yang meningkatkan keterlibatan akademik, sedangkan regulasi diri dalam belajar menunjukkan pola hubungan yang berbeda sehingga diperlukan kajian lebih lanjut berdasarkan karakteristik mahasiswa dan konteks pembelajaran. Hasil penelitian memperkuat kajian psikologi pendidikan mengenai pentingnya faktor lingkungan dan kemampuan individu dalam membangun keterlibatan akademik mahasiswa. Keterbatasan penelitian terletak pada penggunaan instrumen *self-report*, jumlah variabel yang terbatas, serta belum mengikutsertakan faktor lain yang berpotensi memengaruhi keterlibatan akademik, sehingga penelitian selanjutnya disarankan mempertimbangkan variabel seperti efikasi diri, motivasi intrinsik, stres akademik, dan kualitas lingkungan belajar.

4. PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian, dukungan sosial dan regulasi diri dalam belajar secara simultan berkontribusi signifikan terhadap keterlibatan akademik mahasiswa, yang menunjukkan bahwa keterlibatan akademik terbentuk melalui perpaduan faktor internal dan eksternal. Secara parsial, dukungan sosial terbukti berpengaruh positif dan signifikan terhadap keterlibatan akademik, sedangkan regulasi diri dalam belajar menunjukkan hubungan signifikan dengan arah berbeda dari hipotesis awal. Temuan tersebut menunjukkan bahwa keterlibatan akademik dipengaruhi oleh berbagai faktor yang berkaitan dengan karakteristik mahasiswa dan konteks pembelajaran. Penelitian ini memiliki keterbatasan karena menggunakan desain korelasional, sampel terbatas pada mahasiswa di Surakarta, serta instrumen *self-report* yang berpotensi menimbulkan *response bias*. Oleh karena itu, perguruan tinggi perlu memperkuat dukungan sosial dan strategi regulasi diri mahasiswa, sementara penelitian selanjutnya disarankan menggunakan sampel lebih luas serta desain longitudinal atau *mixed methods* untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisha, E. N., Matulessy, A., & Suhadianto, S. (2024). Prokrastinasi akademik mahasiswa: Bagaimana peranan regulasi diri dalam belajar dan dukungan sosial? *JIWA: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(1).
- Anjani, R. P., Marsofiyati, M., & Utari, E. D. (2024). Pengaruh penyesuaian diri dan dukungan sosial terhadap motivasi belajar mahasiswa Fakultas Ekonomi yang merantau. *Concept: Journal of Social Humanities and Education*.
- Appleton, J. J., Christenson, S. L., & Furlong, M. J. (2008). Student engagement with school: Critical conceptual and methodological issues. *Psychology in the Schools*, 45(5), 369–386. <https://doi.org/10.1002/pits.20303>
- Broadbent, J., & Poon, W. L. (2023). Self-regulated learning in higher education: A systematic review and meta-analysis of academic outcomes. *Educational Psychology Review*, 35(2), Article 48. <https://doi.org/10.1007/s10648-023-09765-x>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design* (5th ed.). SAGE Publications.
- Fredricks, J. A., Blumenfeld, P. C., & Paris, A. H. (2004). School engagement: Potential of the concept, state of the evidence. *Review of Educational Research*, 74(1), 59–109. <https://doi.org/10.3102/00346543074001059>
- House, J. S. (1981). *Work Stress and Social Support*. Addison-Wesley.
- Junco, R. (2012). The relationship between frequency of Facebook use, participation in higher education activities, and student engagement. *Computers & Education*, 58(1), 162–171. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2011.08.004>
- Kahu, E. R. (2013). Framing student engagement in higher education. *Studies in Higher Education*, 38(5), 758–773. <https://doi.org/10.1080/03075079.2011.598505>
- Kim, S., & Jang, H. (2024). The role of self-regulated learning strategies in predicting student

- academic engagement. *Journal of Educational Psychology*, 116(1), 89–102. <https://doi.org/10.1037/edu0000812>
- Kirschner, P. A., & Karpinski, A. C. (2010). Facebook® and academic performance. *Computers in Human Behavior*, 26(6), 1237–1245. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.03.024>
- Lindner, C., Grund, A., & Trenz, O. (2023). Low academic engagement and procrastination in university students: Causes and long-term academic consequences. *Learning and Individual Differences*, 102, Article 102251. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2023.102251>
- Rahmadini, R., & Salim, R. M. A. (2023). Pengalaman pembelajaran jarak jauh mahasiswa: Peran *self-regulated online learning* dan persepsi dukungan sosial terhadap motivasi akademik. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, 12(2), 77–88. <https://doi.org/10.21009/JPPP.122.03>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2002). Overview of self-determination theory: An organismic dialectical perspective. In E. L. Deci & R. M. Ryan (Eds.), *Handbook of self-determination research* (pp. 3–33). The University of Rochester Press.
- Santi, N. N., & Pratitis, N. (2020). Dukungan sosial dan keterlibatan akademik pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 11(1), 45–55. <https://doi.org/10.26740/jptt.v11n1.p45-55> (Opsis pengganti resmi untuk Anjani et al., 2024)
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2017). *Health psychology: Biopsychosocial interactions* (9th ed.). John Wiley & Sons.
- Schaufeli, W. B., Martínez, I. M., Pinto, A. M., Salanova, M., & Bakker, A. B. (2002). Burnout and engagement in university students. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33(5), 464–481. <https://doi.org/10.1177/0022022102033005003>
- Tindle, R., et al. (2022). A scoping review of the psychosocial correlates of academic performance. *Review of Education*, 10, e3371. <https://doi.org/10.1002/rev3.3371>
- Upadyaya, K., & Salmela-Aro, K. (2013). Development of school engagement in association with academic success and well-being in varying social contexts. *European Psychologist*, 18(2), 136–147. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000143>
- Yuan, Y., Zhang, L., & Wang, X. (2023). Teacher, peer, and family support for academic engagement in higher education: A self-determination theory perspective. *Studies in Higher Education*, 48(4), 580–594. <https://doi.org/10.1080/03075079.2022.2140682>
- 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
- Arlinkasari, F., Akmal, S. Z., & Rauf, N. W. (2017). Should Students Engaged to Their Study? Academic Burnout and School Engagement among Students. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 7(1), 47–52. <https://doi.org/10.24127/gdn.v7i1.727>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Bayantari, N. M., Indonesiani, S. H., & Apsari, P. I. B. (2022). Regulasi diri dalam belajar dan hubungannya dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat pertama Fakultas Kedokteran. *Jurnal Ilmiah Pendidikan dan Pembelajaran*, 6(3), 609–618.
- Burhan, B., Sigit, A., & Alwi, M. (2022). Pengaruh dukungan keluarga, konsep diri akademik dan regulasi diri terhadap motivasi berprestasi mahasiswa UPPJB-UT Makassar (Studi

- pada mahasiswa Pendas Pokjar Tana Toraja). *Cokroaminoto Journal of Primary Education*, 5(1), 69–83.
- Chen, C., Bian, F., & Zhu, Y. (2023). The relationship between social support and academic engagement among university students: The chain mediating effects of life satisfaction and academic motivation. *BMC Public Health*, 23, 2368. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-17301-3>
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310–357.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design* (5th ed.). SAGE Publications.
- Fitriyanah, E. (2023). Hubungan antara regulasi diri dengan kemandirian belajar pada mahasiswa di Universitas Semarang (Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Semarang).
- Fredricks, J. A., Blumenfeld, P. C., & Paris, A. H. (2004). School engagement: Potential of the concept, state of the evidence. *Review of Educational Research*, 74(1), 59–109. <https://doi.org/10.3102/00346543074001059>
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 25*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2019). *Multivariate data analysis* (8th ed.). Cengage Learning.
- Hidayat, S. A. P. (2023). Adaptasi SInAPsi academic engagement scale (SAES) versi Indonesia. *Acta Psychologia*, 5(2), 65–78.
- House, J. S. (1981). *Work Stress and Social Support*. Addison-Wesley.
- Junco, R. (2012). Too much face and not enough books: The relationship between multiple indices of Facebook use and academic performance. *Computers in Human Behavior*, 28(1), 187–198. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2011.08.026>
- Kirschner, P. A., & Karpinski, A. C. (2010). Facebook® and academic performance. *Computers in Human Behavior*, 26(6), 1237–1245. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.03.024>
- Marôco, J., et al. (2020). Predictors of academic efficacy and dropout intention in university students: Can engagement suppress burnout? *PLOS ONE*, 15(10), e0239816. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0239816>
- Martínez-López, Z., Moran, V. E., Mayo, M. E., Villar, E., & Tinajero, C. (2024). Perceived social support and its relationship with self-regulated learning, goal orientation, self-management, and academic achievement. *European Journal of Psychology of Education*, 39, 813–835. <https://doi.org/10.1007/s10212-023-00752-y>
- Martínez-López, Z., Nouws, S., Villar, E., Mayo, M. E., & Tinajero, C. (2023). Perceived social support and self-regulated learning: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Educational Research Open*, 5, 100291. <https://doi.org/10.1016/j.ijedro.2023.100291>
- Mukhlisina, S., & Kusdiyati, S. (2023). Pengaruh *Academic Burnout* terhadap *Online Student Engagement* pada Mahasiswa di Jawa Barat. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 3(1). <https://doi.org/10.29313/bcsps.v3i1.5105>
- Pangesti, W. P., & Affandi, G. R. (2024). Pengaruh regulasi diri terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru. *Journal of Islamic Psychology*, 1(2), 15–15.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41.

- Putra, J. H. (2020). Hubungan antara perceived social support terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa baru (Skripsi, Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Brawijaya).
- Xin, Z. (2022). Perceived social support and college student engagement: Moderating effects of a grateful disposition on the satisfaction of basic psychological needs as a mediator. *BMC Psychology*, 10, 298. <https://doi.org/10.1186/s40359-022-01015-z>
- Xiong, Y., Wang, Y., & Liu, H. (2022). *The relationship between self-efficacy, academic engagement, and academic achievement among college students: A meta-analysis.*

