

ABSTRAK

Skripsi dengan judul “Pengaruh *Gratitude* dan *Self-Efficacy* terhadap Resiliensi Akademik Mahasiswa Psikologi Islam dalam Mengerjakan Skripsi di UIN SATU Tulungagung” ditulis oleh Nabilla Fachrotul Umami, NIM. 1860308221078, yang dibimbing oleh Ibu Ratih Dian Nur Faizah, M.Psi., Psikolog.

Kata Kunci: *Gratitude*, *Self-Efficacy*, Resiliensi Akademik, Skripsi.

Studi ini didasari oleh fenomena adanya mahasiswa yang tetap mengalami kesulitan dalam menyelesaikan skripsi yang dapat menyebabkan mereka melampaui masa studi. Situasi ini menggambarkan signifikansi resiliensi akademik saat menghadapi tekanan dalam proses penulisan skripsi. *Gratitude* dan *self-efficacy* diduga merupakan faktor internal yang berperan dalam mendukung kemampuan itu. Studi ini bertujuan untuk menyelidiki pengaruh *gratitude* dan *self-efficacy* terhadap resiliensi akademik mahasiswa Psikologi Islam UIN SATU Tulungagung.

Jumlah sampel penelitian adalah 197 mahasiswa yang dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian terdiri dari skala *gratitude*, *self-efficacy* dan resiliensi akademik yang disebarakan melalui kuesioner. Analisis data dilakukan dengan regresi linear berganda menggunakan SPSS.

Temuan penelitian mengindikasikan bahwa secara parsial, *gratitude* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap ketahanan akademik dengan $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($10,584 > 1,966$). Demikian juga dengan *self-efficacy* $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($4,688 > 1,966$) Secara bersamaan (uji F), didapatkan signifikansi $0,000 < 0,05$ $F_{hitung} > F_{tabel}$ ($144,227 > 3,020$), yang menunjukkan bahwa *gratitude* dan *self-efficacy* memiliki pengaruh signifikan terhadap resiliensi akademik dengan kontribusi sebesar 59,4%. Sementara itu, 40,6% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak termasuk dalam model penelitian ini.

ABSTRACT

The thesis entitled “The Influence of Gratitude and Self-Efficacy on Academic Resilience of Islamic Psychology Students Writing Their Undergraduate Thesis at UIN SATU Tulungagung” was written by Nabilla Fachrotul Umami, NIM. 1860308221078, supervised by Ms. Ratih Dian Nur Faizah, M.Psi., Psychologist.

Keywords: *Gratitude, Self-Efficacy, Academic Resilience, Thesis.*

This study is based on the phenomenon of students who continue to experience difficulties in completing their thesis, which can cause them to exceed their study period. This situation illustrates the significance of academic resilience when facing pressure during the thesis writing process. Gratitude and self-efficacy are assumed to be internal factors that play a role in supporting that ability. This study aims to investigate the impact of gratitude and self-efficacy on the academic resilience of Islamic Psychology students at UIN SATU Tulungagung.

This study applied a quantitative approach with a causal associative type. The sample consisted of 197 students selected using purposive sampling technique. The research instruments comprised gratitude, self-efficacy, and academic resilience scales distributed through questionnaires. Data analysis was conducted using multiple linear regression with SPSS.

The research findings indicate that, partially, gratitude has a significant effect on academic resilience with $t_{count} > t_{table}$ ($10.584 > 1.966$). Likewise, self-efficacy showed $t_{count} > t_{table}$ ($4.688 > 1.966$). Simultaneously (F-test), a significance of $0.000 < 0.05$ and $F_{count} > F_{table}$ ($144.227 > 3.020$) were obtained, indicating that gratitude and self-efficacy have a significant effect on academic resilience with a contribution of 59.4%. Meanwhile, the remaining 40.6% is influenced by other factors not included in this research model.

اخلاصة

البحث العلمي: "أثر الامتنان والكفاءة الذاتية على المرونة الأكاديمية لدى طلاب علم النفس الإسلامي في كتابة البحث بجامعة سيد علي رحمة الله الإسلامية الحكومية تولونج أجونج"، كتبه: نايلة فخرة الأمامي، رقم القيد: ١٨٦٠٣٠٨٢٢١٠٧٨. بإشراف الأستاذة: راتيه ديان نور فائزة، الماجستير في علم النفس، الأخصائية النفسية

الكلمات المفتاحية: الامتنان، الكفاءة الذاتية، المرونة الأكاديمية، البحث العلمي

تستند هذه الدراسة إلى ظاهرة وجود طلاب لا يزالون يواجهون صعوبات وتحديات في إنجاز أطروحة التخرج (السكريسي)، مما قد يؤدي إلى تجاوزهم المدة الدراسية المقررة. هذا الوضع يوضح الأهمية البالغة للمرونة الأكاديمية لدى الطلاب عند مواجهة الضغوط والعقبات أثناء عملية كتابة الأطروحة. ويُفترض أن الامتنان والكفاءة الذاتية هما عاملان داخليان يساهمان بشكل كبير في دعم تلك القدرة وتعزيزها. وبناءً على ذلك، تهدف هذه الدراسة إلى استقصاء أثر الامتنان والكفاءة الذاتية على المرونة الأكاديمية لدى طلبة علم النفس الإسلامي في جامعة سيد علي رحمة الله الإسلامية الحكومية تولونج أجونج.

اعتمدت هذه الدراسة المنهج الكمي ذا النمط السببي الارتباطي. وبلغ حجم عينة البحث ١٩٧ طالبًا تم اختيارهم وتكونت أدوات البحث من ثلاثة مقاييس، وهي: *(Purposive Sampling)* بأسلوب المعاينة القصدية مقياس الامتنان، ومقياس الكفاءة الذاتية، ومقياس المرونة الأكاديمية، والتي وُزعت على أفراد العينة عبر الاستبيان الإلكتروني. وجرى تحليل البيانات الكمية المستخرجة باستخدام أسلوب الانحدار الخطي المتعدد عبر برنامج *SPSS*.

أشارت نتائج الدراسة إلى أن الامتنان له تأثير دال إحصائيًا على المرونة الأكاديمية بشكل جزئي، حيث إن قيمة t المحسوبة $t(1,966) < 10,584$. وكذلك الكفاءة الذاتية، حيث إن قيمة t المحسوبة $t(1,966) < 4,688$. وبشكل متزامن (اختبار F)، تم الحصول على دلالة $0,05 > 0,000$ وقيمة F المحسوبة $F(3,020) < 144,227$ ، مما يدل على أن الامتنان والكفاءة الذاتية لهما تأثير دال على المرونة الأكاديمية بنسبة إسهام بلغت 59,4%. في حين أن نسبة 40,6% الأخرى تتأثر بعوامل أخرى لم تُدرج في نموذج هذه الدراسة.