



Vol.16, No. 2, Juli – Desember 2026
Doi: [10.30829/alirsyad.v16i2. 31162](https://doi.org/10.30829/alirsyad.v16i2.31162)

JURNAL PENDIDIKAN DAN KONSELING

<http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/al-irsyad>
ISSN 2686-2859 (online)
ISSN 2088-8341 (cetak)

PERAN *SELF-COMPASION* SEBAGAI MEDIATOR DALAM HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN ORANG TUA TERHADAP *ACADEMIC BUOYANCY* SISWA DI SMP N 23 SEMARANG

Sevilla Permatawati¹, Ernest Ceti Septyanti²

1. Universitas Negeri Semarang, email: sevillapermatawati@students.unnes.ac.id
2. Universitas Negeri Semarang, email: septyanticeti@mail.unnes.ac.id

Kata Kunci:

academic buoyancy, dukungan orang tua, self-compassion, mediasi, remaja

Abstrak

Siswa pada jenjang sekolah menengah pertama menghadapi tantangan akademik sehari-hari yang menuntut kapasitas adaptif untuk bangkit dari kesulitan. Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh dukungan orang tua terhadap *academic buoyancy* siswa, dengan *self-compassion* sebagai variabel mediasi. Desain korelasional diterapkan pada 225 siswa kelas tujuh dan delapan yang dipilih menggunakan teknik purposive cluster sampling. Data dikumpulkan menggunakan skala dukungan orang tua, *self-compassion*, dan *academic buoyancy*, kemudian dianalisis menggunakan analisis mediasi dengan teknik bootstrapping. Hasil menunjukkan bahwa dukungan orang tua berpengaruh positif terhadap *self-compassion* ($B = 0,2205$; $p < 0,001$), dan *self-compassion* berpengaruh positif terhadap *academic buoyancy* ($B = 0,1431$; $p < 0,001$). Namun, pengaruh langsung dukungan orang tua terhadap *academic buoyancy* tidak signifikan ($0,0025$, $p > 0,001$), sementara pengaruh tidak langsung melalui *self-compassion* terbukti signifikan ($0,0316$; BootCI [$0,0109$; $0,0513$]), menunjukkan mediasi penuh. Temuan ini mengindikasikan bahwa dukungan orang tua saja belum cukup untuk meningkatkan *academic buoyancy* siswa tanpa diinternalisasi menjadi *self-compassion*, sehingga layanan bimbingan konseling sekolah perlu memprioritaskan penguatan *self-compassion* bersamaan dengan psikoedukasi tentang pola asuh.

Abstract

Adolescents in early secondary school face daily academic challenges that demand adaptive capacity to recover from setbacks. This study examined the influence of parental support on students' *academic buoyancy*, with *self-compassion* as a mediating variable. A correlational design was used with 225 seventh- and eighth-grade students selected through purposive cluster sampling. Data were collected using the parental support, *self-compassion*, and

Keywords :

academic buoyancy, parental support, self-compassion, mediation, adolescents

academic buoyancy scales, and analyzed using a bootstrapped mediation analysis. Results showed that parental support positively influenced self-compassion ($B = 0,2205$; $p < 0,001$), and self-compassion positively influenced academic buoyancy ($B = 0,1431$; $p < 0,001$). However, the direct effect of parental support on academic buoyancy was not significant ($B = 0,0025$; $p > 0,001$), while the indirect effect through self-compassion was significant ($0,0316$; BootCI [$0,0109$; $0,0513$]), indicating full mediation. These findings suggest that parental support alone is insufficient to strengthen students' academic buoyancy unless it is internalized into self-compassion, highlighting the need for school counseling interventions that prioritize self-compassion development alongside parenting psychoeducation.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi yang cukup krusial dalam kehidupan seseorang, Pada fase ini biasanya ditandai oleh perubahan yang signifikan dalam aspek fisik, kognitif, emosional, dan sosial. Pada masa ini, tiap individu dihadapkan pada berbagai tugas perkembangan, seperti pembentukan identitas diri, peningkatan kemandirian, serta penyesuaian terhadap tuntutan akademik dan sosial yang semakin kompleks. Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP), khususnya yang sedang berada pada fase awal pubertas, yaitu masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa remaja, lebih rentan terhadap tekanan psikologis jika tidak mendapatkan dukungan yang memadai dari orang-orang di sekitarnya. Kerentanan ini semakin terlihat jelas karena siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) setiap hari dihadapkan pada tuntutan akademik, seperti *deadline* tugas, tuntutan nilai yang tinggi, dan tekanan untuk meraih nilai yang baik, Ketika tuntutan tersebut tidak dapat dikelola dengan baik, dapat berdampak buruk pada kesejahteraan psikologis dan prestasi akademik mereka. Oleh karena itu, dukungan sosial yang diberikan oleh lingkungan keluarga selama masa transisi ini terbukti sangat penting dalam membantu remaja mengatasi tekanan serta mengembangkan ketahanan dalam menghadapi tantangan akademik (Putri et al., 2023). *Academic buoyancy* merupakan kapasitas siswa dalam menghadapi hambatan, tekanan, tuntutan, dan kemunduran akademik yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari (Martin

& Marsh, 2008). Setiap siswa perlu memiliki *academic buoyancy* sebagai bekal untuk mengatasi rintangan akademik yang bersifat rutin dalam kehidupan sehari-hari di sekolah (Martin, 2013). Hal ini relevan untuk dikaji karena tidak semua siswa yang mengalami kesulitan belajar berada dalam kondisi krisis berat; banyak di antara mereka justru menghadapi tantangan kecil yang berulang, yang jika dibiarkan dapat memengaruhi motivasi, keterlibatan belajar, dan pencapaian akademik. Siswa dengan *academic buoyancy* yang baik cenderung mampu mengelola tekanan akademik, tidak mudah menyerah saat mengalami kegagalan, serta tetap berusaha meningkatkan hasil belajarnya.

Konsep *academic buoyancy* relevan sebagai kapasitas adaptif siswa untuk mengatasi tantangan dan tekanan akademik sehari-hari secara efektif. *Academic buoyancy* berbeda dengan *academic resilience* terutama dalam dimensi temporal dan intensitas kesulitan yang dihadapi. *Academic buoyancy* lebih berfokus pada rintangan yang umumnya dialami siswa sehari-hari di sekolah (Datu & Yang, 2021; Lukas & Sulastra, 2025), yaitu kesulitan kecil yang bersifat rutin dan berulang, seperti tugas yang sulit atau nilai yang belum sepenuhnya dipahami. Sebaliknya, *academic resilience* berfokus pada kesulitan besar yang bersifat akut atau kronis, seperti krisis atau ancaman serius terhadap keberlangsungan akademik siswa. Bukti empiris mengungkapkan bahwa *academic buoyancy* memiliki hubungan yang resiprokal dengan kecemasan saat ujian (Putwain et al., 2023), serta berkaitan dengan dukungan sekolah dan keluarga, keterlibatan, dan motivasi belajar siswa (Bostwick et al., 2022; Datu & Yang, 2021).

Kerentanan ini tergambar dari studi awal yang telah dilakukan melalui survei tentang permasalahan akademik pada 236 siswa SMP N 23 Semarang yang menunjukkan bahwa sebagian besar siswa masih mengalami kesulitan dalam merespons tantangan akademik sehari-hari secara adaptif. Sebanyak 8,9%, siswa merasa tidak mampu mengelola waktu untuk menyelesaikan tugas-tugas sekolah, 12,7% siswa cenderung putus asa setelah mendapatkan nilai mata pelajaran yang kurang memuaskan, 10,1% siswa masih merasa sulit memahami materi pada beberapa pelajaran tertentu, dan 11% siswa memiliki motivasi belajar yang kurang untuk mempersiapkan diri ketika menghadapi ujian. Temuan pada studi pendahuluan ini menunjukkan bahwa kemampuan

siswa dalam menghadapi tantangan akademik sehari-hari masih rentan. Kondisi ini mengindikasikan bahwa sebagian siswa masih belum mampu merespons tantangan akademik di sekolah yang menuntut siswa lebih mampu dalam: mengelola waktu belajar, menghadapi kegagalan dan bangkit kembali, serta mempertahankan motivasi belajar. Oleh karena itu, kondisi yang ditemukan dalam studi pendahuluan ini menunjukkan bahwa peningkatan *academic buoyancy* pada siswa menjadi hal yang krusial untuk diperhatikan.

Untuk menelusuri akar persoalan di balik data tersebut, dilakukan wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK) di sekolah yang mengungkapkan bahwa siswa dengan *academic buoyancy* rendah umumnya kurang memperoleh dukungan emosional yang memadai dari orang tua. Hal ini dapat dilihat dari respons orang tua terhadap nilai yang kurang memuaskan yang cenderung bersifat negatif, seperti mempertanyakan peringkat atau membandingkan anak dengan siswa lain, ketimbang memberikan motivasi. Kesibukan orang tua yang bekerja hingga larut malam turut membatasi waktu pendampingan belajar anak. Hal serupa disampaikan oleh beberapa siswa, yang mengaku dukungan orang tua masih sebatas instruksi *verbal* tanpa pendampingan emosional yang bermakna, sehingga sebagian siswa memilih menutup diri saat menghadapi kesulitan. Temuan lapangan ini mengarahkan perhatian pada dukungan orang tua sebagai salah satu faktor yang diduga berkontribusi terhadap rendahnya *academic buoyancy* siswa.

Dukungan orang tua merupakan salah satu faktor eksternal yang berhubungan positif dengan *academic buoyancy* (M. Chen & Mok, 2023). Dalam perspektif *Self-Determination Theory* (SDT), dukungan orang tua yang bersifat *autonomy-supportive* membantu memenuhi kebutuhan psikologis dasar siswa, yaitu *autonomy*, *competence*, dan *relatedness*, yang selanjutnya mendorong berkembangnya motivasi yang lebih *self-determined* serta berbagai luaran akademik yang positif (Bureau et al., 2022; Çelik, 2024; Guay, 2022). Pola asuh yang mendukung otonomi ditandai dengan pemberian pilihan yang bermakna, penghargaan terhadap perspektif dan perasaan anak, serta pemberian alasan yang rasional, sedangkan pola asuh yang mengontrol lebih menekankan penggunaan tekanan dan kontrol psikologis (Teuber et al., 2022). Sejalan dengan itu, (M. Chen & Mok, 2023) menemukan bahwa keterlibatan

orang tua berpengaruh positif terhadap *academic buoyancy* siswa melalui mediasi *goal orientation*. Selain itu, (Gu et al., 2024) menunjukkan bahwa *strength-based parenting* berkaitan secara tidak langsung dengan *academic buoyancy* melalui pemenuhan kebutuhan psikologis dasar. Temuan-temuan tersebut mengindikasikan bahwa pengaruh dukungan orang tua terhadap *academic buoyancy* cenderung bekerja melalui mekanisme psikologis *internal* yang mendukung adaptasi akademik siswa.

Walaupun hubungan antara *Academic buoyancy* dan dukungan orang tua telah banyak dikaji, mekanisme psikologis yang menjelaskan hubungan ini masih relatif terbatas. Salah satu hal yang berpotensi berfungsi sebagai mediator adalah *self-compassion*, yaitu kemampuan seseorang untuk memahami dan tidak menghakimi diri sendiri saat mengalami kesulitan atau kesengsaraan. Tiga komponen utama dari *self-compassion* adalah *self-kindness* (bersikap baik pada diri sendiri), *common humanity* (kemanusiaan bersama), dan *mindfulness* (kesadaran penuh) yang secara bersama-sama membentuk cara yang produktif dalam merespons pikiran dan emosi yang menyakitkan (Neff, 2023). Pada lingkup remaja, validitas konstruk ini telah didukung oleh pengembangan *Self-Compassion Scale for Youth* (Neff et al., 2021) serta bukti invariansi pengukuran lintas populasi (Tóth-Király & Neff, 2021, 2021). Secara teoretis, *Self-Determination Theory* (SDT) menjelaskan bahwa dukungan orang tua yang memenuhi kebutuhan psikologis dasar siswa, yaitu otonomi, kompetensi, dan keterikatan, dapat mendorong berkembangnya sumber daya psikologis internal yang mendukung adaptasi dan keberfungsian akademik yang lebih optimal (Howard et al., 2021). Dalam konteks tersebut, *self-compassion* dapat dipahami sebagai salah satu sumber daya psikologis internal yang membantu siswa memperlakukan diri dengan penuh pengertian saat menghadapi kegagalan atau kesulitan. *Self-compassion* membantu siswa mengurangi kritik diri, mengelola emosi negatif secara lebih adaptif, serta mempertahankan keterlibatan dalam proses belajar meskipun menghadapi tekanan akademik (Neff, 2003; Neff et al., 2021).

Sayangnya, kajian mengenai peran *self-compassion* sebagai mediator antara dukungan orang tua terhadap *academic buoyancy* masih lebih banyak dilakukan pada populasi mahasiswa atau siswa Sekolah Menengah Atas

(SMA), sementara penelitian pada jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP) di Indonesia masih sangat terbatas (Al-Rikabi et al., 2025; M. Chen & Mok, 2023; Fathi et al., 2024). Meskipun demikian, penerapan konstruk *self-compassion* pada siswa SMP tetap dapat dipertanggungjawabkan secara teoretis. (Y. Chen et al., 2022) menemukan bahwa komponen *self-kindness* dan *mindfulness* mengalami perubahan dinamis secara longitudinal pada siswa remaja di Tiongkok dalam rentang usia yang setara dengan jenjang SMP di Indonesia. Hal ini menunjukkan bahwa kapasitas tersebut memang telah terbentuk pada usia remaja. Temuan ini diperkuat oleh tinjauan sistematis (Neuenschwander & Von Gunten, 2025) yang mengonfirmasi bahwa kemampuan *self-kindness*, *common humanity*, dan *mindfulness* telah diidentifikasi dan diukur secara valid sejak masa kanak-kanak hingga remaja awal. Hal ini menjadi catatan penting karena siswa SMP berada pada fase transisi kritis dari masa kanak-kanak menuju remaja, sehingga pola dukungan yang mereka terima dari orang tua serta cara mereka mengelola tekanan akademik dapat berbeda secara signifikan dibandingkan dengan jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Tinjauan sistematis (Sari et al., 2025) terhadap 19 studi pada populasi remaja menunjukkan bahwa *academic buoyancy* dipengaruhi oleh faktor psikologis internal seperti *self-compassion* dan motivasi, serta faktor lingkungan sosial eksternal seperti dukungan orang tua, guru, dan iklim sekolah. Oleh karena itu, model yang melibatkan ketiga variabel secara simultan, yaitu dukungan orang tua, *self-compassion*, dan *academic buoyancy*, pada siswa SMP di Indonesia masih perlu diteliti lebih lanjut.

Penelitian sebelumnya telah menempatkan *self-compassion* sebagai mediator dalam hubungan antara *academic buoyancy* dan *academic resilience* (Al-Rikabi et al., 2025). Namun, penelitian yang menguji peran *self-compassion* sebagai mediator dalam hubungan antara dukungan orang tua dan *academic buoyancy* pada siswa SMP masih terbatas. Novelty penelitian ini terletak pada pengujian model mediasi yang melibatkan dukungan orang tua, *self-compassion*, dan *academic buoyancy*, khususnya pada siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) di Indonesia, jenjang pendidikan yang masih jarang menjadi fokus kajian topik ini dibandingkan dengan mahasiswa atau jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA). Berbeda dari penelitian-penelitian terdahulu

yang lebih banyak menempatkan efikasi diri atau *goal orientation* sebagai mediator, penelitian ini secara khusus menguji *self-compassion* sebagai mekanisme psikologis yang menjelaskan bagaimana dukungan orang tua dapat berkontribusi terhadap *academic buoyancy* siswa dalam konteks budaya Indonesia. Berdasarkan penelusuran literatur, ditemukan bahwa penelitian-penelitian terdahulu cenderung menguji hubungan parsial antar variabel, misalnya dukungan orang tua terhadap *academic buoyancy* secara langsung, atau *self-compassion* terhadap *academic buoyancy* secara langsung, tanpa menempatkan *self-compassion* sebagai mekanisme mediasi dari dukungan orang tua. Sebagai contoh, penelitian yang menguji *self-compassion* justru lebih banyak menempatkan *academic buoyancy* sebagai mediator, bukan sebaliknya (Fathi et al., 2024). Sejauh penelusuran peneliti, penelitian yang secara spesifik menguji model mediasi dukungan orang tua → *self-compassion* → *academic buoyancy* pada siswa SMP masih sangat terbatas, sehingga kombinasi ketiga variabel ini dalam penelitian ini merupakan kebaruan yang belum banyak dieksplorasi.

Penelitian ini penting untuk dilakukan karena siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) berada pada fase transisi yang rentan terhadap tekanan psikologis, sebagaimana ditunjukkan oleh data studi pendahuluan dan hasil wawancara di atas. Tanpa pemahaman yang memadai mengenai mekanisme psikologis yang membantu siswa bertahan menghadapi tekanan akademik sehari-hari, intervensi yang diberikan berisiko kurang tepat sasaran, baik dalam memperkuat peran orang tua maupun dalam mengembangkan kapasitas internal siswa. Oleh karena itu, kajian mengenai peran *self-compassion* sebagai mediator antara dukungan orang tua dan *academic buoyancy* menjadi mendesak untuk dilakukan, baik untuk memperkaya kajian teoretis maupun sebagai dasar pengembangan program intervensi bimbingan dan konseling di tingkat SMP.

Berdasarkan fenomena dan kesenjangan penelitian tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: (1) apakah terdapat hubungan antara dukungan orang tua dan *academic buoyancy* pada siswa SMP N 23 Semarang; (2) apakah terdapat hubungan antara dukungan orang tua dan *self-compassion* pada siswa SMP N 23 Semarang; (3) apakah terdapat hubungan antara *self-*

compassion dan *academic buoyancy* pada siswa SMP N 23 Semarang; dan (4) apakah *self-compassion* berperan sebagai mediator dalam hubungan antara dukungan orang tua terhadap *academic buoyancy* pada siswa SMP N 23 Semarang. Berdasarkan rumusan masalah tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan orang tua dan *academic buoyancy*, mengetahui hubungan antara dukungan orang tua dan *self-compassion*, mengetahui hubungan antara *self-compassion* dan *academic buoyancy*, serta menguji peran *self-compassion* sebagai mediator dalam hubungan antara dukungan orang tua dan *academic buoyancy* pada siswa SMP N 23 Semarang. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman mengenai mekanisme psikologis yang menjelaskan bagaimana dukungan orang tua berkontribusi terhadap kemampuan siswa dalam menghadapi tekanan akademik, sekaligus menjadi dasar pengembangan program intervensi berbasis *self-compassion* untuk meningkatkan ketahanan akademik siswa SMP. Berdasarkan uraian tersebut, hipotesis penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

- H1: Dukungan orang tua berpengaruh positif dan signifikan terhadap *self-compassion*.
- H2: Dukungan orang tua berpengaruh positif dan signifikan terhadap *academic buoyancy*.
- H3: *Self-compassion* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *academic buoyancy*.
- H4: *Self-compassion* memediasi hubungan antara dukungan orang tua terhadap *academic buoyancy*.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional non-eksperimental untuk menguji model mediasi *self-compassion* dalam hubungan antara dukungan orang tua dan *academic buoyancy*. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas VII dan VIII SMP Negeri 23 Semarang (N = 512), dengan jumlah sampel sebanyak 225 siswa yang ditentukan menggunakan rumus Slovin pada taraf kesalahan 5% dan dipilih melalui teknik *purposive cluster sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan tiga

skala Likert, yaitu skala dukungan orang tua yang dikembangkan berdasarkan teori *autonomy support* dan *controlling parenting* dari (Mageau et al., 2015), skala *self-compassion* berdasarkan teori (Neff, 2003, 2023) serta skala *academic buoyancy* berdasarkan konsep (Martin & Marsh, 2008). Sebelum uji empiris, seluruh instrumen divalidasi melalui *expert judgment* untuk memastikan validitas isi. Hasil validasi menunjukkan bahwa 21 butir pada skala dukungan orang tua, 23 butir pada skala *self-compassion*, dan seluruh 4 butir pada skala *academic buoyancy* dinyatakan valid. Selanjutnya, hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa ketiga instrumen memiliki tingkat konsistensi internal yang baik sehingga layak digunakan dalam penelitian.

Untuk memperoleh instrumen yang lebih *parsimonius* dan efisien tanpa mengurangi representasi konstruk, dilakukan seleksi lanjutan terhadap butir-butir yang telah memenuhi kriteria validitas empiris. Seleksi dilakukan dengan mempertimbangkan nilai *corrected item-total correlation* yang tinggi serta keterwakilan setiap dimensi konstruk, sehingga instrumen tetap memiliki cakupan konseptual yang memadai. Berdasarkan proses tersebut, dari 21 butir valid pada skala dukungan orang tua dipilih 15 butir, sedangkan dari 23 butir valid pada skala *self-compassion* dipilih 15 butir sebagai instrumen akhir penelitian. Butir yang tidak dipertahankan tidak dieliminasi karena tidak valid, melainkan sebagai bagian dari upaya meningkatkan efisiensi pengukuran dengan tetap mempertahankan kualitas psikometrik instrumen. Hasil uji reliabilitas terhadap instrumen akhir menunjukkan bahwa seluruh skala reliabel (Cronbach's Alpha > 0,60), yaitu: dukungan orang tua (15 item, $\alpha = 0,803$), *self-compassion* (15 item, $\alpha = 0,845$), dan *academic buoyancy* (4 item, $\alpha = 0,689$).

Tabel 1. Ringkasan Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

Variabel	butir asli	Butir gugur	Butir digunakan	Cronbach's α	Keterangan
Dukungan orang tua	24	3	15	0,803	Reliabel
<i>Self-compassion</i>	26	3	15	0,845	Reliabel
<i>Academic buoyancy</i>	4	0	4	0,689	Reliabel

Catatan: "butir gugur" merujuk pada butir instrumen yang tidak valid berdasarkan hasil uji coba, dan sejumlah butir valid lainnya tidak turut digunakan dalam instrumen akhir karena proses seleksi lanjutan untuk efisiensi instrumen.

Sebelum pengujian hipotesis dilakukan, data diperiksa untuk memastikan

terpenuhinya asumsi regresi, yang meliputi linearitas hubungan antarvariabel melalui inspeksi *scatterplot* dan pola residual, multikolinearitas berdasarkan nilai *Tolerance* dan *Variance Inflation Factor* (VIF), homoskedastisitas residual, serta keberadaan observasi *outlier* yang berpotensi mempengaruhi hasil analisis. Selanjutnya, pengujian model mediasi dilakukan menggunakan PROCESS Macro Model 4 (Hayes, 2022) dengan teknik *bootstrapping* sebanyak 5.000 resampling pada taraf kepercayaan 95%.

HASIL

Karakteristik keseluruhan responden dalam penelitian menunjukkan sebanyak 225 siswa yang berasal dari dua tingkat kelas, yaitu kelas VII dan kelas VIII. Berdasarkan tingkat kelas, sebagian besar responden berasal dari kelas VII, yaitu sebanyak 131 siswa (58,2%), dan 94 siswa (41,8%) berasal dari kelas VIII. Komposisi ini menunjukkan bahwa sampel penelitian didominasi oleh siswa kelas VII, meskipun proporsi siswa kelas VIII tetap dinilai cukup besar sehingga kedua kelompok kelas masih terwakili dalam penelitian. Tabel 2 berikut menunjukkan analisis deskriptif terhadap responden penelitian:

Tabel 2. Karakteristik responden penelitian (N = 225)

Karakteristik	Kategori	N	Presentase %
Kelas	VII	131	58,2%
	VIII	94	41,8%
Jenis kelamin	Laki-laki	113	50,2%
	Perempuan	112	49,8%
Total		225	100

Berdasarkan jenis kelamin, distribusi responden menunjukkan komposisi yang hampir seimbang antara laki-laki dan perempuan. Responden laki-laki berjumlah 113 siswa (50,2%), sedangkan responden perempuan berjumlah 112 siswa (49,8%). Perbedaan proporsi yang sangat kecil (0,4%) menunjukkan bahwa sampel memiliki representasi jenis kelamin yang relatif proporsional, sehingga potensi bias akibat dominasi salah satu jenis kelamin dapat diminimalkan.

Karakteristik responden berdasarkan tingkat kelas dan jenis kelamin penting untuk diperhatikan karena penelitian terdahulu menunjukkan bahwa kedua karakteristik tersebut berkaitan dengan *academic buoyancy* dan *self-compassion*. Meta-analisis oleh (Yau et al., 2025) menunjukkan bahwa siswa laki-laki secara signifikan memiliki tingkat *academic buoyancy* yang lebih tinggi dibandingkan siswa perempuan, meskipun besarnya perbedaan tergolong kecil hingga sedang dan dipengaruhi oleh konteks budaya maupun bahasa. Pada aspek *self-compassion*, (Bluth et al., 2017) menemukan bahwa usia memoderasi hubungan antara jenis kelamin dan *self-compassion*, di mana remaja perempuan pada usia yang lebih tua cenderung memiliki tingkat *self-compassion* yang lebih rendah dibandingkan remaja perempuan yang lebih muda maupun remaja laki-laki. Selain itu, (Y. Chen et al., 2022) melaporkan bahwa komponen *self-kindness* dan *mindfulness* pada *self-compassion* cenderung menurun seiring meningkatnya jenjang kelas, dari kelas VII hingga kelas IX. Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa karakteristik jenis kelamin dan tingkat kelas berpotensi berkaitan dengan variasi *academic buoyancy* maupun *self-compassion* pada remaja. Oleh karena itu, karakteristik responden berdasarkan tingkat kelas dan jenis kelamin penting dilaporkan sebagai konteks dalam menginterpretasikan hasil penelitian ini.

Berdasarkan Tabel 3, skor dukungan orang tua memiliki rentang yang cukup luas, yaitu antara 34 hingga 101 dengan rata-rata sebesar 67,68. Rentang skor tersebut menunjukkan adanya variasi persepsi siswa terhadap dukungan yang diterima dari orang tua. Nilai standar deviasi sebesar 11,72 mengindikasikan bahwa terdapat keragaman skor antarresponden, namun penyebarannya masih berada pada tingkat yang moderat. Variabel *self-compassion* memiliki skor antara 29 hingga 71 dengan rata-rata sebesar 49,72 dan standar deviasi sebesar 7,51. Hasil ini menunjukkan bahwa tingkat *self-compassion* responden bervariasi, meskipun sebagian besar skor terkonsentrasi di sekitar nilai rata-ratanya. Pada variabel *academic buoyancy*, skor responden berkisar antara 9 hingga 28 dengan rata-rata sebesar 19,12 dan standar deviasi sebesar 4,27. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan siswa dalam menghadapi tantangan akademik sehari-hari juga menunjukkan variasi antarresponden, namun dengan tingkat penyebaran yang relatif lebih

kecil dibandingkan dua variabel lainnya. Hasil analisis deskriptif terkait sebaran skor responden pada masing-masing variabel penelitian diilustrasikan pada tabel 3 berikut ini:

Tabel 3. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian (N = 225)

Variabel	Minimum	Maximum	Mean	Std.Deviation
Dukungan Orang Tua	34	101	67.68	11.719
Self-Compassion	29	71	49.72	7.509
Academic Buoyancy	9	28	19,12	4.273

Secara keseluruhan, ketiga variabel menunjukkan distribusi skor yang cukup beragam dengan penyebaran yang masih berada dalam batas moderat. Variasi tersebut mengindikasikan bahwa karakteristik psikologis responden tidak bersifat seragam, sehingga memberikan variasi data yang memadai untuk dilakukan analisis hubungan dan pengujian model mediasi.

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, dilakukan uji asumsi klasik (*normalitas*, *multikolinearitas*, dan *heteroskedastisitas*) pada kedua persamaan regresi. Hasil pengujian menunjukkan seluruh asumsi terpenuhi pada kedua persamaan (lihat Tabel 4 dan Gambar 1), sehingga model regresi dinyatakan layak digunakan untuk pengujian hipotesis.

Tabel 4. Ringkasan Hasil Uji Asumsi Klasik

Uji	Persamaan	Nilai	Kriteria	Keterangan
<i>Normalitas</i> (K-S)	Persamaan 1 (X→M)	Sig. = 0,200	p > 0,05	Normal
<i>Normalitas</i> (K-S)	Persamaan 2 (X,M→Y)	Sig. = 0,200	p > 0,05	Normal
<i>Multikolinearitas</i>	Persamaan 1 (X→M)	Tolerance = 1,000; VIF = 1,000	Tolerance > 0,10; VIF < 10	Tidak terjadi
<i>Multikolinearitas</i>	Persamaan 2 (X,M→Y)	Tolerance = 0,882; VIF = 1,134	Tolerance > 0,10; VIF < 10	Tidak terjadi
<i>Heteroskedastisitas</i> (Glejser)	Persamaan 1 (X→M)	Sig. = 0,730	p > 0,05	Tidak terjadi
<i>Heteroskedastisitas</i> (Glejser)	Persamaan 2 (X,M→Y)	Sig. X = 0,604; Sig. M = 0,173	p > 0,05	Tidak terjadi

Berdasarkan hasil uji asumsi regresi pada Tabel X, kedua persamaan regresi memenuhi asumsi yang diperlukan untuk analisis mediasi. Hasil uji normalitas menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* menunjukkan bahwa residual pada Persamaan 1 maupun Persamaan 2 berdistribusi normal (Sig. = 0,200; $p > 0,05$). Selanjutnya, hasil uji multikolinearitas menunjukkan nilai *Tolerance* berkisar antara 0,882–1,000 dan nilai *Variance Inflation Factor* (VIF) antara 1,000–1,134, yang mengindikasikan tidak terdapat gejala multikolinearitas antarvariabel independen. Selain itu, hasil uji heteroskedastisitas menggunakan metode Glejser menunjukkan nilai signifikansi seluruh variabel lebih besar dari 0,05, sehingga tidak ditemukan gejala heteroskedastisitas. Dengan demikian, data penelitian memenuhi asumsi regresi dan layak digunakan untuk pengujian hipotesis melalui analisis mediasi menggunakan PROCESS Macro Model 4.

Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan analisis mediasi melalui *PROCESS Macro Model 4* Hayes dengan teknik *bootstrapping*. Ringkasan hasil analisis dapat dilihat pada tabel 5 berikut ini:

Tabel 5. Hasil Analisis Mediasi (PROCESS Model 4)

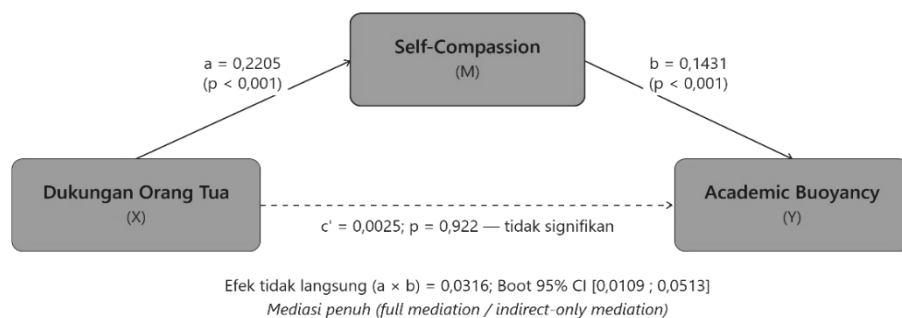
Jalur	Deskripsi Jalur	Koefisien (B)	p	Kriteria
A	Dukungan Orang Tua → <i>Self-Compassion</i>	0,2205	< 0,001	Signifikan
B	<i>Self-Compassion</i> → <i>Academic Buoyancy</i>	0,1431	< 0,001	Signifikan
c'	Dukungan Orang Tua → <i>Academic Buoyancy</i> (<i>direct effect</i>)	0,0025	0,922	Tidak signifikan
C	Dukungan Orang Tua → <i>Academic Buoyancy</i> (<i>total effect</i>)	0,0340	0,163	Tidak signifikan
a × b	Efek tidak langsung (<i>indirect effect</i>)	0,0316	BootCI [0,0109 ; 0,0513]	Signifikan

Keterangan: B = koefisien tidak terstandarisasi; $p < 0,05$ = signifikan; BootCI = bootstrap 95% CI (signifikan jika tidak melewati nol). Jalur a = Dukungan Orang Tua → *Self-Compassion*; b = *Self-Compassion* → *Academic Buoyancy*; c = total effect; c' = direct effect; a×b = indirect effect.

Hasil analisis mediasi menunjukkan bahwa dukungan orang tua memberikan pengaruh positif dan signifikan terhadap *self-compassion* (B = 0,2205; $p < 0,001$), serta *self-compassion* memberikan pengaruh positif dan signifikan terhadap *academic buoyancy* (B = 0,1431; $p < 0,001$). Sementara itu,

pengaruh langsung (c') dan pengaruh total (c) dukungan orang tua terhadap *academic buoyancy* tidak ditemukan signifikan ($B = 0,0025$; $p = 0,922$ dan $B = 0,0340$; $p = 0,163$). Sebaliknya, efek tidak langsung dukungan orang tua terhadap *academic buoyancy* melalui *self-compassion* ($a \times b$) terbukti signifikan, sebagaimana ditunjukkan oleh nilai *BootCI* 95% [0,0109; 0,0513] yang tidak melintasi angka nol (*Effect* = 0,0316).

Pola hasil tersebut yaitu jalur a dan b yang signifikan, efek tidak langsung yang signifikan, namun efek langsung dan total yang tidak signifikan mengindikasikan bahwa *self-compassion* berperan sebagai mediator penuh (*full mediation/indirect-only mediation*) dalam hubungan antara dukungan orang tua dan *academic buoyancy*. Temuan ini mengimplikasikan bahwa dukungan orang tua tidak berkontribusi secara langsung terhadap peningkatan *academic buoyancy* siswa, melainkan bekerja melalui mekanisme tidak langsung, yakni dengan meningkatkan *self-compassion* siswa, yang pada gilirannya berkontribusi terhadap peningkatan *academic buoyancy* mereka. Visualisasi model mediasi ditampilkan pada Gambar 1



Gambar 1. Model Mediasi *Self-Compassion* pada Pengaruh Dukungan Orang Tua terhadap *Academic Buoyancy* (PROCESS Model 4 Hayes)

PEMBAHASAN

Dari hasil analisis pengujian hipotesis, dapat dipahami mekanisme yang mendasari pengaruh dukungan orang tua terhadap *academic buoyancy* melalui *self-compassion* sebagai variabel mediator. Tabel 6 berikut ini menunjukkan hasil pengujian hipotesis:

Tabel 6. Hasil Pengujian Hipotesis

Hipotesis	Pernyataan	Status
H1	Dukungan orang tua berpengaruh positif dan signifikan terhadap <i>self-compassion</i>	Diterima ($p < 0,001$)
H2	Dukungan orang tua berpengaruh positif dan signifikan terhadap <i>academic buoyancy</i>	Ditolak ($p = 0,163$)
H3	<i>Self-compassion</i> berpengaruh positif dan signifikan terhadap <i>academic buoyancy</i>	Diterima ($p < 0,001$)
H4	<i>Self-compassion</i> memediasi hubungan antara dukungan orang tua dan <i>academic buoyancy</i>	Diterima (BootCI [0,0109 ; 0,0513])

Hasil analisis penelitian mengonfirmasi hipotesis pertama (H1), yaitu bahwa dukungan orang tua berpengaruh positif dan signifikan terhadap *self-compassion* siswa ($B = 0,2205$; $p < 0,001$). Temuan ini sejalan dengan konseptualisasi teoritis (Neff, 2003) yang memandang *self-compassion* sebagai kapasitas untuk memperlakukan diri secara penuh pemahaman, penerimaan, dan kepedulian ketika menghadapi kesulitan atau kegagalan. Kapasitas tersebut tidak berkembang secara terpisah dari lingkungan sosial, melainkan dibentuk melalui pengalaman relasional yang diperoleh individu sejak usia dini. Dalam perspektif teori *attachment* (Bowlby, 1969), orang tua yang responsif, hangat, dan suportif berperan dalam membentuk *internal working model* yang positif, sehingga anak belajar memandang dirinya sebagai individu yang berharga dan layak menerima kasih sayang, termasuk dari dirinya sendiri. Oleh karena itu, semakin tinggi dukungan yang diterima siswa dari orang tua, semakin besar pula kecenderungan siswa untuk mengembangkan *self-compassion* ketika menghadapi tantangan maupun kegagalan dalam kehidupan sehari-hari.

Temuan ini secara empirik diperkuat oleh hasil meta-analisis terbaru yang dilakukan oleh (H. Chen et al., 2026), yang secara *komprehensif* mendemonstrasikan bahwa pola pengasuhan positif khususnya kehangatan dan dukungan orang tua berkontribusi signifikan terhadap perkembangan *self-compassion* pada remaja. Studi tersebut menggarisbawahi bahwa orang tua

yang memberikan dukungan emosional yang konsisten cenderung mengurangi kecenderungan remaja untuk mengembangkan *over-identification* terhadap pengalaman negatif, sekaligus memfasilitasi terbentuknya sikap *common humanity* salah satu komponen inti *self-compassion* menurut Neff. Dengan kata lain, ketika orang tua menunjukkan empati dan penerimaan terhadap kegagalan anak, anak secara bertahap menginternalisasi pola respons tersebut dan mengaplikasikannya terhadap dirinya sendiri.

Menurut perspektif perkembangan, remaja pada usia SMP berada dalam fase transisi kognitif dan emosional yang rentan. Pada fase ini, evaluasi diri menjadi semakin kompleks karena meningkatnya kapasitas introspeksi dan tekanan sosial dari kelompok sebaya. Dukungan orang tua yang bersifat validatif yakni mengakui emosi negatif anak tanpa menghakimi berperan sebagai model kognitif yang mengajarkan bahwa penderitaan adalah bagian normal dari pengalaman manusia, bukan cerminan kegagalan pribadi yang permanen. Proses internalisasi semacam ini merupakan mekanisme psikodinamik yang mendasari pembentukan *self-compassion* pada masa remaja.

Berbeda dengan H1, hipotesis kedua (H2) ditolak, yang dapat diartikan bahwa pengaruh langsung dukungan orang tua terhadap *academic buoyancy* tidak mencapai taraf signifikansi, baik pada *total effect* ($B = 0,0340$; $p = 0,163$) maupun *direct effect*, setelah mediator dikontrol ($B = 0,0025$; $p = 0,922$). Temuan ini, meskipun tampak kontraproduktif, sesungguhnya memberikan kontribusi teoretis yang substantif terhadap pemahaman kita mengenai mekanisme transmisi pengaruh orang tua. Hasil ini tidak serta merta berarti bahwa dukungan orang tua tidak relevan bagi kemampuan siswa menghadapi tantangan akademik. Sebaliknya, penolakan H2 mengindikasikan bahwa pengaruh tersebut tidak bersifat langsung, melainkan dimediasi oleh proses psikologis internal. Hal ini konsisten dengan model *self-determination theory* (Deci & Ryan, 2000), yang menyatakan bahwa faktor-faktor eksternal seperti dukungan orang tua hanya akan mempengaruhi *outcomes* akademik secara efektif apabila ditransmisikan melalui internalisasi yang menghasilkan motivasi otonom dan regulasi diri.

Kajian lebih lanjut pernah dilakukan oleh (M. Chen & Mok, 2023)

memberikan kerangka komplementer yang relevan. Penelitian mereka menunjukkan bahwa *perceived parental involvement* mempengaruhi *academic buoyancy* dan adaptabilitas siswa terutama melalui peran mediasi orientasi tujuan (*goal orientations*). Artinya, terdapat konsistensi dalam literatur bahwa jalur orang tua → *academic buoyancy* bersifat tidak langsung, dimediasi oleh berbagai konstruk psikologis internal. Dalam konteks penelitian ini, *self-compassion* berperan sebagai mediator psikologis tersebut.

Hipotesis ketiga (H3) diterima dengan hasil yang sangat signifikan ($B = 0,1431$; $p < 0,001$). *Self-compassion* terbukti berpengaruh positif terhadap *academic buoyancy*, mendukung posisi teoretis bahwa kapasitas individu untuk bersikap baik terhadap diri sendiri saat menghadapi kesulitan merupakan prediktor penting ketangguhan akademik sehari-hari. Temuan ini selaras dengan karya (Al-Rikabi et al., 2025), yang menginvestigasi peran *self-compassion* dalam ekosistem psikologis akademik siswa. Meskipun studi tersebut menempatkan *self-compassion* sebagai mediator antara *academic buoyancy* dan *academic resilience* arah kausalitas yang berbeda dari penelitian ini keduanya secara kolektif menegaskan bahwa *self-compassion* menempati posisi sentral dalam jaringan konstruk psikologis yang menentukan bagaimana siswa merespons tekanan akademik. *Academic buoyancy*, sebagaimana dikonseptualisasikan oleh (Martin & Marsh, 2008), merujuk pada kemampuan siswa menghadapi tantangan akademik sehari-hari yang bersifat umum dan berulang seperti nilai buruk, tenggat waktu tugas, atau tekanan ujian bukan peristiwa traumatik besar. Dalam konteks ini, *self-compassion* berfungsi sebagai sumber daya psikologis yang mencegah respons maladaptif seperti *self-criticism* berlebihan atau *rumination*, yang dikenal sebagai penguras kapasitas kognitif dan motivasional siswa.

Individu dengan *self-compassion* tinggi secara mekanistik cenderung memandang kegagalan akademik sebagai pengalaman yang dapat dipelajari daripada ancaman terhadap identitas diri. Respons ini memungkinkan mereka untuk lebih cepat pulih secara emosional dan mengalihkan sumber daya kognitif ke strategi penyelesaian masalah yang adaptif suatu pola yang secara konseptual identik dengan *buoyancy* yang tinggi. (Neff & Germer, 2013) dalam kerangka *mindful self-compassion* menegaskan bahwa komponen *mindfulness*

dalam *self-compassion* khususnya berkontribusi pada kemampuan individu untuk menghadapi emosi negatif tanpa penghindaran ataupun amplifikasi berlebihan, yang merupakan prasyarat penting bagi ketangguhan akademik yang fungsional.

Temuan terpenting dalam penelitian ini adalah terkonfirmasinya H4: *self-compassion* memediasi hubungan antara dukungan orang tua terhadap *academic buoyancy* secara penuh (*full mediation* atau *indirect-only mediation*), dengan efek tidak langsung sebesar 0,0316 (*BootCI* 95% = [0,0109; 0,0513]). Pola mediasi penuh, di mana jalur langsung (*c'*) tidak signifikan sedangkan efek tidak langsung ($a \times b$) signifikan memiliki implikasi teoretis yang substansial. Mediasi penuh mengindikasikan bahwa *self-compassion* merupakan mekanisme transmisi yang niscaya (*necessary mechanism*) dalam jalur dari dukungan orang tua menuju *academic buoyancy*. Dengan kata lain, dukungan orang tua tidak menghasilkan dampak berarti terhadap *academic buoyancy* kecuali melalui pembentuk *self-compassion* pada diri siswa. Temuan ini memperluas model teoritis (M. Chen & Mok, 2023) yang menunjukkan peran mediasi variabel psikologis internal dalam hubungan keterlibatan orang tua dengan *outcomes* akademik, sekaligus mengidentifikasi *self-compassion* sebagai mekanisme spesifik yang relevan untuk konteks budaya Indonesia.

Menurut perspektif ekologi perkembangan (Bronfenbrenner, 1979), dukungan orang tua beroperasi di level *microsystem* yang mempengaruhi perkembangan individu melalui interaksi langsung dan pola pengasuhan. Namun, pengaruh tersebut terhadap kompetensi akademik tidak bersifat mekanistik langsung, melainkan ditransformasikan melalui konstruk psikologis internal yang berkembang sebagai hasil dari interaksi-interaksi tersebut. *Self-compassion* dalam hal ini dapat dipahami sebagai *psychological capital* (Luthans et al., 2007), sumber daya psikologis internal yang dibangun melalui relasi pengasuhan dan kemudian berfungsi sebagai mekanisme penyangga ketika siswa menghadapi tekanan akademik.

Temuan ini konsisten dengan perspektif yang dikemukakan oleh (H. Chen et al., 2026), bahwa transmisi pengaruh pengasuhan terhadap *outcomes* psikologis remaja berlangsung melalui proses mediasi bertingkat, di mana *self-compassion* berperan sebagai variabel antara yang mentransmisikan kapasitas

regulasi emosi yang dibangun dalam relasi pengasuhan ke dalam domain fungsi akademik. Hal ini memperkuat argumen bahwa intervensi yang menargetkan *self-compassion* siswa melalui program seperti *Mindful Self-Compassion for Teens* (O'Neal et al., 2017) berpotensi memaksimalkan dampak positif dukungan orang tua yang sudah ada terhadap *academic buoyancy*.

Hasil penelitian ini memberikan kontribusi teoretis dan praktis yang signifikan, meskipun beberapa keterbatasan perlu diperhatikan. Pertama, desain *cross-sectional* yang digunakan tidak memungkinkan inferensi kausalitas yang definitif; desain longitudinal diperlukan untuk memverifikasi arah dan stabilitas hubungan antar variabel. Kedua, penggunaan *self-report* pada seluruh variabel membuka potensi *common method bias*. Ketiga, sampel yang terbatas pada satu sekolah negeri di Semarang membatasi generalisabilitas temuan. Penelitian mendatang disarankan untuk mengeksplorasi variabel mediator atau moderator tambahan seperti regulasi emosi, *growth mindset*, atau kualitas relasi guru-siswa yang mungkin beroperasi secara simultan dengan *self-compassion* dalam mentransmisikan pengaruh dukungan orang tua terhadap *academic buoyancy*.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa hubungan antara dukungan orang tua dan *academic buoyancy* pada siswa SMP dijelaskan melalui *self-compassion* sebagai variabel mediasi. Temuan ini mengindikasikan bahwa dukungan orang tua tidak hanya berkaitan dengan penyediaan dukungan eksternal, tetapi juga berkontribusi terhadap berkembangnya sumber daya psikologis internal yang membantu siswa menghadapi berbagai tantangan akademik sehari-hari. Dengan demikian, *self-compassion* merupakan mekanisme psikologis yang menjelaskan bagaimana dukungan orang tua berhubungan dengan kemampuan siswa untuk tetap bertahan dan bangkit ketika menghadapi kesulitan akademik.

Temuan ini memperkaya literatur mengenai faktor-faktor yang mendukung *academic buoyancy*, khususnya pada konteks siswa SMP di

Indonesia, serta memberikan implikasi praktis bagi layanan bimbingan dan konseling sekolah. Program pengembangan *self-compassion* dapat dipertimbangkan sebagai salah satu strategi untuk meningkatkan ketahanan akademik siswa, disertai upaya memperkuat dukungan orang tua sebagai lingkungan perkembangan yang penting. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain longitudinal atau eksperimental untuk menguji arah hubungan kausal, serta mengeksplorasi keberlakuan model ini pada jenjang pendidikan dan konteks budaya yang berbeda.

DAFTAR RUJUKAN

- Al-Rikabi, G. K. C., Farhadi, H., Aljawabir, W. N. M., & Yousefi, Z. (2025). The Mediating Role of Self-Compassion in the Relationship Between Academic Buoyancy and Academic Resilience in Students of Dhi Qar City. *Journal of Psychological Dynamics in Mood Disorders*, 4(3), 1–15. <https://doi.org/10.61838/kman.pdmd.547>
- Bluth, K., Campo, R. A., Futch, W. S., & Gaylord, S. A. (2017). Age and Gender Differences in the Associations of Self-Compassion and Emotional Well-being in A Large Adolescent Sample. *Journal of Youth and Adolescence*, 46(4), 840–853. <https://doi.org/10.1007/s10964-016-0567-2>
- Bostwick, K. C. P., Martin, A. J., Collie, R. J., Burns, E. C., Hare, N., Cox, S., Flesken, A., & McCarthy, I. (2022). Academic buoyancy in high school: A cross-lagged multilevel modeling approach exploring reciprocal effects with perceived school support, motivation, and engagement. *Journal of Educational Psychology*, 114(8), 1931–1949. <https://doi.org/10.1037/edu0000753>
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. Basic Books.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.
- Bureau, J. S., Howard, J. L., Chong, J. X. Y., & Guay, F. (2022). Pathways to Student Motivation: A Meta-Analysis of Antecedents of Autonomous and Controlled Motivations. *Review of Educational Research*, 92(1), 46–72. <https://doi.org/10.3102/00346543211042426>
- Çelik, O. (2024). Academic motivation in adolescents: The role of parental autonomy support, psychological needs satisfaction and self-control. *Frontiers in Psychology*, 15, 1384695. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1384695>
- Chen, H., Wang, K., Yang, N., Bi, K., & Chong, E. S. K. (2026). The Contribution of Parenting to Adolescent Self-Compassion and Internalizing Problems: A Meta-Analytic Structural Equation Modeling Approach. *Adolescent*

Research Review, 11(1), 155–194. <https://doi.org/10.1007/s40894-025-00265-3>

- Chen, M., & Mok, I. A. C. (2023). Perceived parental involvement influences students' academic buoyancy and adaptability: The mediating roles of goal orientations. *Frontiers in Psychology*, 14, 1248602. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1248602>
- Chen, Y., Zhang, B., & Hu, Y. (2022). The Longitudinal Relationship Between Emotional Exhaustion and Self-compassion in Adolescent Students. *Mindfulness*, 13(10), 2547–2557. <https://doi.org/10.1007/s12671-022-01978-5>
- Datu, J. A. D., & Yang, W. (2021). Academic buoyancy, academic motivation, and academic achievement among filipino high school students. *Current Psychology*, 40(8), 3958–3965. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00358-y>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “What” and “Why” of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Fathi, L., Bakhtiarpour, S., & Mahdad, A. (2024). The Correlation of Self-Compassion and Benefits of Empathy with Academic Well-Being in High School Students: The Mediating Role of Academic Buoyancy. *International Journal of School Health*, 11(2). <https://doi.org/10.30476/intjsh.2024.101206.1373>
- Gu, J., Zhan, P., Liu, J., & Wang, J.-L. (2024). Strength-based parenting and academic buoyancy: A short-term longitudinal chain mediation model. *Current Psychology*, 43(8), 6753–6760. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04892-8>
- Guay, F. (2022). Applying Self-Determination Theory to Education: Regulations Types, Psychological Needs, and Autonomy Supporting Behaviors. *Canadian Journal of School Psychology*, 37(1), 75–92. <https://doi.org/10.1177/08295735211055355>
- Howard, J. L., Bureau, J., Guay, F., Chong, J. X. Y., & Ryan, R. M. (2021). Student Motivation and Associated Outcomes: A Meta-Analysis From Self-Determination Theory. *Perspectives on Psychological Science*, 16(6), 1300–1323. <https://doi.org/10.1177/1745691620966789>
- Lukas, G. E., & Sulastra, M. C. (2025). The Role of Strength-Based Parenting on Academic Buoyancy in “X” High School Students in Bandung. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 9(3), 351–366. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v9i3.9840>
- Luthans, F., Youssef, C. M., & Avolio, B. J. (2007). *Psychological capital: Developing the human competitive edge*. Oxford University Press.
- Mageau, G. A., Ranger, F., Joussemet, M., Koestner, R., Moreau, E., & Forest, J. (2015). Validation of the Perceived Parental Autonomy Support Scale (P-PASS). *Canadian Journal of Behavioural Science / Revue Canadienne Des*

- Sciences Du Comportement, 47(3), 251–262.
<https://doi.org/10.1037/a0039325>
- Martin, A. J. (2013). Academic buoyancy and academic resilience: Exploring ‘everyday’ and ‘classic’ resilience in the face of academic adversity. *School Psychology International*, 34(5), 488–500.
<https://doi.org/10.1177/0143034312472759>
- Martin, A. J., & Marsh, H. W. (2008). Workplace and Academic Buoyancy: Psychometric Assessment and Construct Validity Amongst School Personnel and Students. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 26(2), 168–184. <https://doi.org/10.1177/0734282907313767>
- Neff, K. D. (2003). The Development and Validation of a Scale to Measure Self-Compassion. *Self and Identity*, 2(3), 223–250.
<https://doi.org/10.1080/15298860309027>
- Neff, K. D. (2023). Self-Compassion: Theory, Method, Research, and Intervention. *Annual Review of Psychology*, 74(1), 193–218.
<https://doi.org/10.1146/annurev-psych-032420-031047>
- Neff, K. D., Bluth, K., Tóth-Király, I., Davidson, O., Knox, M. C., Williamson, Z., & Costigan, A. (2021). Development and Validation of the Self-Compassion Scale for Youth. *Journal of Personality Assessment*, 103(1), 92–105.
<https://doi.org/10.1080/00223891.2020.1729774>
- Neff, K. D., & Germer, C. K. (2013). A Pilot Study and Randomized Controlled Trial of the Mindful Self-Compassion Program. *Journal of Clinical Psychology*, 69(1), 28–44. <https://doi.org/10.1002/jclp.21923>
- Neuenschwander, R., & Von Gunten, F. O. (2025). Self-compassion in children and adolescents: A systematic review of empirical studies through a developmental lens. *Current Psychology*, 44(2), 755–783.
<https://doi.org/10.1007/s12144-024-07053-7>
- O’Neal, C. R., Weston, L. C., He, X., Huang, K., Pine, D. S., Kamboukos, D., & Brotman, L. M. (2017). Change in depression across adolescence: The role of early anger socialization and child anger. *Journal of Adolescence*, 59(1), 1–7. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.05.011>
- Putri, A., Darmayanti, N., & Menanti, A. (2023). PENGARUH REGULASI EMOSI DAN DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA TERHADAP RESILIENSI AKADEMIK SISWA. *JIVA: Journal of Behaviour and Mental Health*, 4(1).
<https://doi.org/10.30984/jiva.v4i1.2528>
- Putwain, D. W., Jansen In De Wal, J., & Van Alphen, T. (2023). Academic Buoyancy: Overcoming Test Anxiety and Setbacks. *Journal of Intelligence*, 11(3), 42. <https://doi.org/10.3390/jintelligence11030042>
- Sari, O. D. P., Rangkuti, A. A., & Deasyanti, D. (2025). A Systematic Review of Academic Buoyancy in Adolescents: Psychological and Environmental Predictors of Educational Resilience. *AL-ISHLAH: Jurnal Pendidikan*, 17(4). <https://doi.org/10.35445/alishlah.v17i4.7572>
- Teuber, Z., Tang, X., Sielemann, L., Otterpohl, N., & Wild, E. (2022). Autonomy-related Parenting Profiles and their Effects on Adolescents’ Academic and

Psychological Development: A Longitudinal Person-oriented Analysis. *Journal of Youth and Adolescence*, 51(7), 1333–1353. <https://doi.org/10.1007/s10964-021-01538-5>

Tóth-Király, I., & Neff, K. D. (2021). Is Self-Compassion Universal? Support for the Measurement Invariance of the Self-Compassion Scale Across Populations. *Assessment*, 28(1), 169–185. <https://doi.org/10.1177/1073191120926232>

Yau, O. K. T., Martin, A. J., Ginns, P., & Collie, R. J. (2025). Gender differences in academic buoyancy: A meta-analysis. *Learning and Individual Differences*, 121, 102700. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2025.102700>