

# Bab I

## Pendahuluan

### 1.1. Latar Belakang Masalah

Dunia pendidikan saat ini sudah berkembang dengan sangat cepat. Hal ini mendorong lembaga pendidikan yang memiliki tujuan untuk menghasilkan mahasiswa yang berkualitas di dunia kerja mengikuti perubahan yang terjadi. Perguruan tinggi yang menjadi ujung tombak dalam menyiapkan seseorang untuk bekerja, di samping memberikan pengetahuan secara teoretis juga berlomba-lomba untuk membekali lulusan mereka dengan berbagai *soft skill*, kreativitas dan kemampuan untuk beradaptasi dengan tuntutan dunia kerja yang terus meningkat. Fenomena tersebut mendorong Dinas Pendidikan untuk melakukan perubahan terhadap penyusunan kurikulum di perguruan tinggi. Menurut Kepmendiknas No. 232/U/2000, kurikulum adalah seperangkat rencana dan pengaturan mengenai isi maupun bahan kajian dan pelajaran serta cara penyampaian dan penilaian yang digunakan sebagai pedoman penyelenggaraan kegiatan belajar mengajar di perguruan tinggi.

Dalam SK Mendiknas No. 045/U/2002 dilakukan pembaharuan terhadap kurikulum agar tidak terfokus pada usaha pengelompokan mata kuliah tetapi lebih ke arah pencapaian kompetensi. Kompetensi tersebut mencakup kepribadian, penguasaan ilmu dan keterampilan, kemampuan berkarya, sikap dan perilaku dalam berkarya menurut tingkat keahlian berdasarkan ilmu dan keterampilan yang dikuasai, dan pemahaman kaidah dalam hidup bermasyarakat sesuai dengan

pilihan keahlian dalam berkarya. Dinas Pendidikan Perguruan Tinggi telah mencanangkan mengenai perubahan kurikulum bagi perguruan tinggi menjadi Kurikulum Berbasis Kerangka Kualifikasi Nasional Indonesia (KKNI) sejak tahun 2008. Dalam Kurikulum Berbasis KKNI, pencapaian kompetensi menjadi tujuan utama yang harus dicapai oleh perguruan tinggi.

Perubahan kurikulum menjadi Kurikulum Berbasis KKNI ini berkonsekuensi terhadap perubahan terhadap cara mengajar di dalam kelas. Di dalam buku Pengembangan KKNI Pendidikan Tinggi (2008) Kurikulum Berbasis KKNI menerapkan cara belajar mengajar yang lebih berfokus kepada mahasiswa yang disebut *Student Centered Learning*. McCombs dan Whisler (1997) mengatakan bahwa *Student Centered Learning* adalah metode pembelajaran yang memadukan antara fokus terhadap mahasiswa dan fokus terhadap materi pembelajaran. Dalam hal ini, pengalaman, perspektif, latar belakang, talenta, minat dan kebutuhan mahasiswa yang berbeda-beda menjadi perhatian utama. Dosen lebih berperan sebagai fasilitator yang mengarahkan mahasiswa dalam mengeksplorasi materi yang diberikan.

Dengan adanya pergantian kurikulum menjadi Kurikulum Berbasis KKNI, mahasiswa akan dituntut untuk menjadi mahasiswa yang lebih mandiri dan bertanggung jawab. Metode mengajar *Student Centered Learning* akan membuat mahasiswa menjadi lebih banyak mengeksplorasi materi sendiri dibandingkan dengan kurikulum reguler di mana mahasiswa hanya menerima apa yang diberikan oleh dosen, ini akan mendorong mahasiswa untuk bertanggung jawab kepada dirinya sendiri untuk dapat memahami materi lebih mendalam.

Fakultas Psikologi Universitas “X” adalah salah satu fakultas yang menggunakan Kurikulum Berbasis KKNI dalam proses pembelajarannya. Kurikulum ini mulai diterapkan sejak Agustus 2013. Menurut Pembantu Dekan Fakultas Psikologi “X”, Fakultas Psikologi Universitas “X” ini menjadi Fakultas Psikologi yang pertama menggunakan Kurikulum Berbasis KKNI di Jawa Barat. Dari wawancara kepada Pembantu Dekan Fakultas Psikologi Universitas “X” yang juga menjabat sebagai ketua Tim Kurikulum Berbasis KKNI di Fakultas Psikologi Universitas “X”, diketahui bahwa terdapat beberapa perbedaan yang cukup signifikan antara Kurikulum Berbasis KKNI dengan reguler. Perbedaan tersebut antara lain metode belajar yang lebih menekankan pada metode kolaboratif atau *jigsaw*. Mahasiswa dituntut untuk dapat lebih mandiri dalam belajar dan peran dosen hanya sebagai fasilitator.

Tujuan dari Kurikulum Berbasis KKNI adalah menghasilkan mahasiswa yang aktif, mandiri, memiliki *soft skill* yang lebih baik, senang mengeksplorasi lebih jauh terhadap suatu materi atau permasalahan, kritis dan lebih aplikatif di dalam pemahaman materi serta di dalam Kurikulum Berbasis KKNI pada Fakultas Psikologi Universitas “X” ini sistem penilaian tidak menggunakan Ujian Tengah Semester (UTS) maupun Ujian Akhir Semester (UAS), melainkan menjadi sistem paket modul di mana performa mahasiswa dinilai dari nilai kuis, tugas dan keaktifan di dalam kelas. Jika belum mencapai nilai B, mahasiswa memiliki kesempatan untuk mengikuti remedial di setiap akhir modul. Apabila hasil remedial masih belum mencapai nilai B, mahasiswa dapat memperbaikinya dengan mengikuti remedial di akhir mata kuliah tersebut. Di samping itu, jadwal

kuliah pun menjadi lebih padat sehingga membutuhkan usaha yang tepat untuk dapat mencapai nilai minimal yang telah ditentukan

Dari survei awal yang menggunakan kuesioner terhadap 30 mahasiswa program Kurikulum Berbasis KKNI fakultas Psikologi di universitas "X", sebanyak 76,7% mahasiswa sudah dapat menetapkan target dalam menghadapi tugas dan kuis seperti menetapkan nilai minimal, tugas harus selesai tepat waktu, dan harus mencapai nilai B agar tidak mengikuti remedial. Meskipun demikian, sebanyak 96,7% dari mahasiswa pernah mengikuti remedial. Berdasarkan hasil survei tersebut, hambatan bagi mereka dalam mengikuti program Kurikulum Berbasis KKNI adalah jam pembelajaran yang panjang sehingga mereka sulit mengatur waktu. Untuk mengatasi hambatan dan kesulitan tersebut, 43,4% mahasiswa melakukan usaha yang lebih keras, 30% mahasiswa mencoba untuk pasrah dan menjalani semuanya karena sudah terlanjur, 13,3% mahasiswa mencoba untuk menyesuaikan diri dengan Kurikulum Berbasis KKNI, 10% mencari hiburan atau kegiatan lain sebelum belajar dan 3,3% lainnya mencoba untuk memotivasi diri sendiri. Hal itu menggambarkan bahwa sebagian besar mahasiswa masih belum dapat mengontrol diri mereka untuk tetap bertahan dan berusaha untuk mencapai target yang telah ditetapkan meskipun mereka menemukan hambatan.

Dari survei awal dengan wawancara terhadap 10 mahasiswa, 90% mahasiswa sudah menetapkan target yang ingin dicapai seperti nilai kuis dan IPK. Sebanyak 70% mahasiswa sudah membuat perencanaan untuk dapat mencapai target mereka. Perencanaan tersebut antara lain aktif dalam bertanya atau memberi

masukkan, mencari sumber-sumber materi yang lain, belajar untuk kuis dan merencanakan kapan membuat tugas. Dalam melaksanakan perencanaan-perencanaan tersebut, 70% mahasiswa merasa kesulitan melakukan pembagian waktu untuk belajar dan mengerjakan tugas terutama saat ada kegiatan organisasi. Di saat mahasiswa harus mengikuti kegiatan organisasi atau merasa sudah terlalu lelah, biasanya mahasiswa akan mengerjakan tugas sehari sebelum hari pengumpulan.

Sebanyak 60% mahasiswa dapat menolak ajakan teman untuk bermain atau melakukan kegiatan lain di saat mereka harus mengerjakan tugas atau belajar. Namun hanya 20% mahasiswa yang dapat aktif di dalam kelas, sisanya merasa kesulitan untuk memberi pertanyaan atau masukkan saat ada kegiatan presentasi. Kesulitan tersebut dikarenakan oleh tidak tahu harus bertanya apa dan memberi masukkan apa, sudah ingin cepat pulang dan merasa capai sesudah mengikuti jam kuliah yang panjang. Untuk mengatasi kesulitan-kesulitan tersebut, 50% mahasiswa memilih untuk mencicil mengerjakan tugas di *handphone*, mengerjakan tugas di saat jam istirahat kelas dan belajar untuk mengatur waktu.

Setelah mahasiswa mengetahui nilai tugas atau kuis yang mereka peroleh, 70% mahasiswa membandingkan nilai tersebut dengan nilai yang diperoleh teman-temannya untuk mengetahui apakah nilai tersebut sudah cukup memuaskan. Sebanyak 60% mahasiswa akan mencari tahu apa yang menyebabkan mereka mendapatkan nilai yang kurang memuaskan. Hal yang menyebabkan mereka mendapatkan nilai yang kurang memuaskan antara lain

perasaan malas, merasa tidak *mood* saat belajar atau mengerjakan tugas, dan kurang mampu membagi waktu di dalam jadwal yang padat.

Ini menggambarkan bahwa meskipun sebagian besar dari mahasiswa angkatan 2014 Fakultas Psikologi Universitas “X” sudah memiliki target yang ingin dicapai dan membuat perencanaan untuk mencapai target tersebut. Dalam pelaksanaannya mereka belum melakukan usaha yang tepat untuk mencapai target tersebut atau mengalami kesulitan untuk menjalankan hal-hal yang sudah mereka rencanakan untuk membantu mereka mencapai target tersebut. Mahasiswa juga sudah dapat melakukan evaluasi terhadap hasil belajar mereka.

Hal tersebut cukup berkaitan dengan hasil wawancara kepada Pembantu Dekan Fakultas Psikologi “X” yang mengatakan bahwa dari *feedback* yang beliau dapat dari mahasiswa, sebagian besar merasa kesulitan karena belum terbiasa dengan Kurikulum Berbasis KKNi yang mengharuskan mereka bekerja lebih keras dan memiliki manajemen waktu yang baik, sebagian mahasiswa menganggap sistem penilaian yang disebut rubrik masih tidak jelas, dan beberapa mengaku kesulitan untuk berkomunikasi secara lisan dan aktif di dalam kelas. Beliau juga mengatakan bahwa dengan perubahan metode belajar mengajar menjadi *Student Centered Learning* (SCL), mahasiswa dituntut untuk dapat mengembangkan materi yang diberikan oleh dosen secara mandiri dengan cara mencari berbagai sumber dan membacanya sendiri untuk dipresentasikan kepada teman-temannya di dalam kelas.

Setiap mahasiswa memiliki *self-regulation* yang merupakan kemampuan untuk mengontrol perilakunya dalam jangka panjang agar mereka dapat mencapai

tujuan dan target mereka. *Self-Regulation* terdiri atas tiga fase yang saling berhubungan yaitu fase *forethought*, fase *performance or volitional control* dan fase *self-reflection*. Pada fase pertama, mahasiswa akan membuat tujuan, target dan menyusun rencana yang dapat membantu mereka untuk mencapai tujuan dan target mereka.

Kemudian pada fase *performance or volitional control*, mahasiswa akan berusaha untuk dapat fokus pada target yang telah ditetapkan, melaksanakan perencanaan yang telah dibuat dan berusaha untuk tetap bertahan di saat mengalami hambatan. Pada fase ini, mahasiswa diharapkan untuk mampu menjalankan tugas dan tanggung jawab yang di dalamnya terdapat proses-proses pengarahan diri pada *goal*, pemusatan perhatian, pengorganisasian langkah-langkah perencanaan, kemampuan mengamati dan mengingat pengalaman, serta kemampuan untuk mencoba melakukan sesuatu yang baru untuk mencapai target yang telah mereka tetapkan.

Kemudian fase ketiga adalah fase *self-reflection* di mana mahasiswa akan membandingkan apa yang sudah mereka susun pada fase *forethought* dan apa yang mampu dan sudah mereka lakukan yang merupakan bagian dari fase *performance or volitional control*. Hasil dari perbandingan tersebut kemudian akan mereka evaluasi. Apabila mereka merasa sudah puas dengan apa yang sudah mereka capai, mereka akan mempertahankan fase pertama mereka dan berusaha menjalankan fase kedua dengan sebaik mungkin. Namun apabila mahasiswa merasa belum puas, mereka akan mencoba untuk melakukan perubahan pada fase

pertama dan fase kedua, atau mereka akan merasa bahwa diri mereka tidak mampu dan tidak berdaya sehingga cenderung menghindari segala proses belajar.

Berdasarkan pemaparan di atas, peneliti merasa tertarik untuk meneliti tentang gambaran fase *performance or volitional control self-regulation* pada mahasiswa angkatan 2014 Fakultas Psikologi Universitas “X”.

## **1.2. Identifikasi Masalah**

Sehubungan dengan latar belakang masalah yang sudah diutarakan sebelumnya, maka dari penelitian ini, peneliti ingin mengetahui bagaimana gambaran fase *performance or volitional control self-regulation* dalam bidang akademis pada mahasiswa angkatan 2014 Fakultas Psikologi Universitas “X”, Bandung.

## **1.3. Maksud dan Tujuan Penelitian**

- **Maksud Penelitian**

Maksud dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran fase *performance or volitional control self-regulation* pada mahasiswa angkatan 2014 Fakultas Psikologi Universitas “X”, Bandung.

- **Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk menggambarkan derajat fase *performance or volitional control self-regulation* pada mahasiswa angkatan 2014 Fakultas Psikologi Universitas “X”, Bandung dan kaitannya dengan faktor-faktor yang mempengaruhi.

#### 1.4. Kegunaan Penelitian

- **Kegunaan Teoretis**
  - Memberikan informasi mengenai gambaran fase *performance or volitional control self-regulation* dalam bidang ilmu Psikologi Pendidikan.
  - Memberikan masukan bagi peneliti lain yang berminat melakukan penelitian lanjutan mengenai *self-regulation*.
- **Kegunaan Praktis**
  - Bagi mahasiswa angkatan 2014 Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung, memberi informasi mengenai fase *performance or volitional control self-regulation* mereka sehingga mahasiswa dapat mengetahui cara-cara meningkatkannya.
  - Bagi dosen, memberi kontribusi bagi dosen, terutama untuk universitas yang menyelenggarakan Kurikulum Berbasis KKNI, yaitu memberikan informasi mengenai gambaran fase *Performance or volitional self-regulation* mahasiswa.
  - Bagi fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung, memberikan informasi mengenai gambaran fase *Performance or volitional self-regulation* mahasiswa dan apa saja hal-hal yang berpengaruh terhadap fase *Performance or volitional self-regulation* mahasiswa agar dapat menciptakan program yang dapat membantu mahasiswa untuk dapat mencapai apa yang menjadi tujuan dari belajar mengajar.

### 1.5. Kerangka Pemikiran

Kurikulum Berbasis Kerangka Kualifikasi Nasional Indonesia (KKNI) yang sejak tahun 2013 diterapkan di fakultas Psikologi Universitas “X” merupakan sistem kurikulum yang menitikberatkan keaktifan peserta belajar mengajar atau yang biasa disebut *Student Centered Learning* (SCL). Mahasiswa dan mahasiswi angkatan 2014 Fakultas Psikologi Universitas “X” merupakan angkatan kedua Kurikulum Berbasis KKNI ini. Dalam kurikulum ini, mahasiswa dituntut untuk dapat lebih mandiri, berani mengeksplorasi materi, dan lebih kritis saat berinteraksi dengan dosen yang hanya berperan sebagai fasilitator.

Di dalam kurikulum ini, fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung tidak menggunakan Ujian Tengah Semester (UTS) dan Ujian Akhir Semester (UAS) sebagai sistem penilaian. Penilaian berdasarkan rubrik nilai yang mencakup nilai kuis, nilai tugas dan nilai sikap serta keaktifan. Nilai minimal yang harus mereka capai untuk dapat lulus dari satu modul adalah B. Jika mereka belum mencapai nilai minimal ini, mereka memiliki kesempatan untuk mengikuti remedial di setiap akhir modul. Jika sesudah mengikuti remedial mereka masih belum dapat mencapai nilai minimal, maka mereka harus mengikuti remedial di akhir mata kuliah yang bersangkutan.

Oleh karena tuntutan tersebut mahasiswa angkatan 2014 Fakultas Psikologi Universitas “X” akan membutuhkan kemampuan *self-regulation*. Menurut Zimmerman dan Dale H. Schunk, *self-regulation* terbentuk dari 3 fase regulasi diri yang saling berkaitan satu dengan yang lainnya, yaitu perencanaan /

*forethought*, performa / *performance or volitional control*, dan refleksi diri / *self-reflection* (dalam Boekaerts, 2000)

Dalam fase *forethought*, mahasiswa akan menentukan target bagi dirinya, membuat perencanaan strategi yang mendukung untuk mencapai target tersebut, membentuk keyakinan terhadap kemampuan dirinya untuk mencapai target yang telah ditetapkan, menemukan nilai-nilai dari target yang telah ditetapkan dan mengarahkan dirinya kepada target tersebut. Pada mahasiswa angkatan 2014, kegiatan tersebut dapat terlihat dari menetapkan target seperti IPK, nilai minimal B atau lulus dalam waktu 4 tahun. Kemudian mahasiswa akan membuat perencanaan seperti jadwal belajar dan bagaimana cara belajar yang efektif serta aktif di dalam kelas. Setelah membuat target dan perencanaan tersebut, mahasiswa akan mulai membentuk keyakinan terhadap kemampuan dirinya untuk mencapai target yang telah ditetapkan. Mahasiswa juga akan merasakan manfaat dan keuntungan dari kegiatan belajar yang ia lakukan seperti ilmu yang didapatkan dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Hal tersebut mendorong munculnya ketertarikan mahasiswa terhadap kegiatan belajar, sehingga mahasiswa akan dapat bertahan untuk tetap berusaha mencapai target meskipun ia mengalami kegagalan.

Setelah mahasiswa angkatan 2014 mampu melewati fase *forethought*, fase selanjutnya yang akan mereka tempuh adalah fase *performance or volitional control*. Dalam fase ini, mahasiswa akan melakukan kontrol terhadap dirinya dalam belajar (*self-control*). Kontrol terhadap diri mahasiswa angkatan 2014 dapat dilakukan dengan memutuskan untuk membuat tugas secara terencana, aktif di

dalam diskusi kelompok maupun saat presentasi, dan mengerjakan tugas-tugas secara lengkap dan sistematis (*self-instruction*). Mahasiswa juga membayangkan keberhasilan yang bisa dicapai saat ia melakukan rencana yang telah dibuat seperti membayangkan akan mendapat nilai tugas yang baik, akan aktif di dalam diskusi kelompok dan presentasi, akan membagi waktu untuk belajar dan melakukan kegiatan lain, serta mendapatkan materi kuliah yang lengkap (*imagery*). Selain itu, mahasiswa juga dapat melakukan pemusatan perhatian pada tugas belajarnya, tetap fokus pada saat ada presentasi kelompok dan berusaha untuk mengabaikan gangguan-gangguan dari lingkungan yang dapat menghambat kegiatan belajar (*attention focusing*). Kontrol diri juga dibantu dengan membuat strategi belajar yang efektif (*task strategies*), misalnya membuat catatan materi-materi yang diajarkan, mencari sumber materi di perpustakaan, mengatur jadwal kegiatan organisasi agar tidak mengganggu proses pembuatan tugas, mengikuti diskusi kelompok di luar kelas, dan mengerjakan tugas sesuai ketentuan.

Sesudah mahasiswa melakukan kontrol terhadap kegiatan belajarnya, mahasiswa angkatan 2014 dapat melakukan observasi diri (*self-observation*), yaitu mengamati dan mengingat performanya dalam belajar, lingkungan sekitar, dan hasil dari kegiatan belajar yang ia lakukan (*self-recording*). Saat mahasiswa dapat mengamati kegiatan belajar yang ia lakukan, ia dapat mengubah tingkah laku atau lingkungan yang menghambat kegiatan belajar serta mencoba melakukan cara yang baru (*self-experimentation*), misalnya mengganti tempat belajar atau mengerjakan tugas, mengurangi kegiatan organisasi jika mengganggu kegiatan belajar mengubah cara mengerjakan tugas jika kurang efektif, dan

mengurangi waktu untuk diskusi kelompok jika kurang efektif sehingga mahasiswa dapat mencapai targetnya dalam belajar.

Setelah fase *performance or volitional control*, mahasiswa akan masuk ke fase *self-reflection*. Dalam fase ini, mahasiswa akan melakukan evaluasi terhadap hasil dari fase *performance or volitional control* dengan target yang telah ditetapkan pada fase *forethought (self-evaluation)*, evaluasi ini dapat dilakukan dengan melihat nilai tugas atau kuis yang diperoleh, membandingkan nilai dengan teman, mengevaluasi apakah target yang ditetapkan sudah tercapai dan meminta *feedback* kepada dosen atau asisten dosen. Kemudian mahasiswa akan menemukan hubungan mengenai apa yang sudah ia lakukan dengan apa yang ia dapatkan, apakah hasil tersebut karena usaha yang belum maksimal, batas kemampuan diri atau karena lingkungan yang kurang mendukung (*causal attribution*). Setelah itu, mahasiswa akan merasa puas atau tidak puas terhadap hasil yang ia peroleh (*self-satisfaction*) dan menentukan apakah ia akan membuat target, strategi dan cara belajar yang lebih sesuai atau ia akan menerima adanya hasil yang telah ia dapatkan meskipun ia merasa tidak puas (*adaptive-defensive*).

Fase *forethought*, fase *performance or volitional control* dan fase *self-reflection* membentuk siklus, oleh karena itu fase *forethought* dan fase *self-reflection* dapat mempengaruhi fase *performance or volitional control self-regulation*. Target yang ditetapkan, perencanaan belajar, harapan, motivasi, keyakinan diri dan kemampuan untuk tetap bertahan dalam target (fase *forethought*) akan mengarahkan mahasiswa untuk mengontrol diri agar tetap

melaksanakan perencanaan yang telah ditetapkan dan fokus dalam usahanya mencapai target (*fase performance or volitional control*). Setelah melaksanakan perencanaan dan melakukan usaha, mahasiswa akan melakukan evaluasi terhadap hasil yang mereka peroleh. Hasil evaluasi tersebut akan mendorong mahasiswa untuk membuat target dan strategi belajar yang lebih sesuai atau melindungi dirinya dari perasaan tidak enak yang akan muncul di masa yang akan datang. Jika mahasiswa memutuskan untuk membuat target dan strategi yang lebih sesuai bagi dirinya, hal tersebut dapat meningkatkan performa dirinya di dalam menjalankan tugas sebagai seorang mahasiswa dan secara tidak langsung akan mengarahkan mahasiswa untuk membentuk pelaksanaan *self-regulation* termasuk fase *Performance or volitional* yang baru dan secara potensial lebih baik. Sebaliknya, jika mahasiswa memutuskan untuk melindungi dirinya dari perasaan tidak enak yang akan muncul di masa yang akan datang, hal tersebut akan membuat adaptasi mahasiswa terhambat dan cenderung mengarahkan mahasiswa kepada ketidakberdayaan, penundaan dan penghindaran terhadap tugas dan sikap apatis sehingga secara tidak langsung akan menghambat fase *performance or volitional control*.

Fase *Performance or volitional control self-regulation* juga dapat dipengaruhi oleh faktor sosial dan lingkungan berdasarkan model kognitif sosial *self-regulation* (dalam Boekaerts, 2000). Faktor sosial dapat berasal dari teman sebaya, orang tua, ataupun dosen. Mahasiswa yang memiliki orang tua, teman, dan dosen dengan standar performa yang tinggi dan mampu melakukan evaluasi diri dengan baik, biasanya akan meniru tingkah laku orang-orang tersebut dan

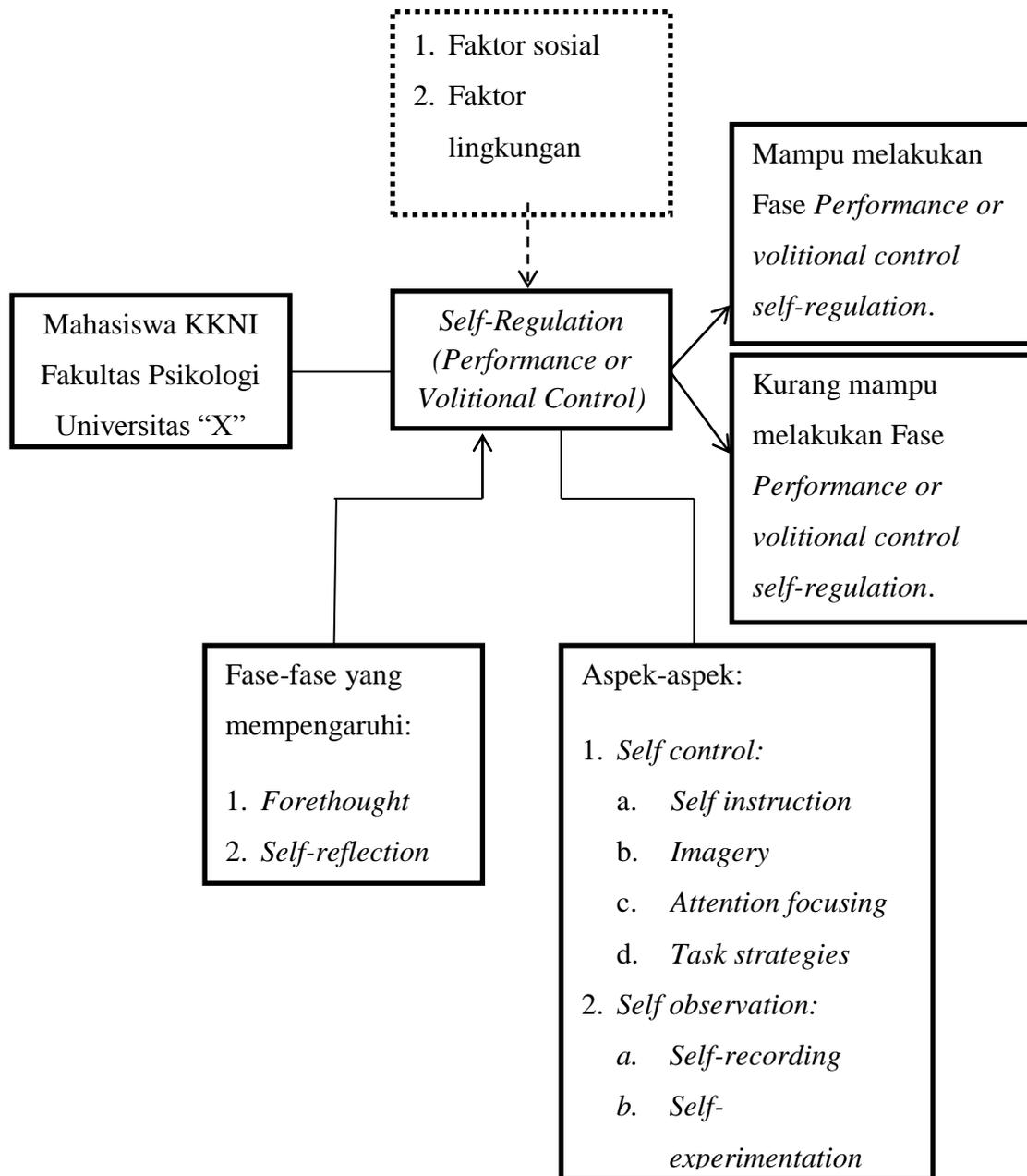
mampu melakukan evaluasi diri dengan baik pula terhadap performa belajar mereka. Selain itu, mahasiswa yang memiliki orang tua, teman, atau dosen yang memberikan penghargaan atas prestasi yang mampu dicapainya, biasanya akan membuat mahasiswa lebih termotivasi untuk belajar. Orang tua yang mampu menunjukkan ketekunan untuk mencapai tujuan dapat menjadi contoh bagi mahasiswa sehingga mereka dapat meniru dan mampu memberikan instruksi bagi dirinya untuk tekun seperti figur-figur tersebut. Selain itu, orang tua dan dosen yang dapat menghargai prestasi yang dicapai mahasiswa, juga mampu meningkatkan kemampuan *self-regulation* mahasiswa sehingga jika ia gagal dalam mencapai target yang ia tentukan, maka mahasiswa tetap dapat memotivasi dirinya untuk belajar lebih giat dan tidak memberikan kritik yang berlebihan terhadap diri sendiri. Faktor lingkungan merupakan tempat mahasiswa belajar dan dapat memberikan fasilitas dalam aktivitas belajarnya yang dapat mendukung atau menghambat terbentuknya *self-regulation* pada mahasiswa. Lingkungan yang sesuai dengan karakteristik mahasiswa dan tugas akademisnya akan mendukung mahasiswa untuk mampu melakukan *self-regulation*. Namun, jika lingkungan tidak sesuai dengan karakteristik gaya belajar mahasiswa dan tugas akademisnya, maka lingkungan akan menjadi penghambat.

Mahasiswa angkatan 2014 yang mampu melakukan fase *performance or volitional control self-regulation* dengan baik akan mampu mengontrol dirinya dengan baik. Hal tersebut membuat mahasiswa dapat mengarahkan dirinya sendiri untuk selalu belajar dan berusaha dengan giat untuk mencapai target yang telah ditetapkan, membayangkan keberhasilan dirinya dalam mencapai target untuk

mendorong dirinya agar lebih bersemangat di dalam belajar, dapat mengarahkan seluruh perhatiannya terhadap target yang telah ditetapkan sehingga dirinya tidak mudah teralihkan oleh hal-hal lain yang tidak berhubungan dengan target atau menghambat dalam mencapai target serta membuat strategi belajar secara spesifik dan efektif untuk menunjang dirinya dalam mencapai target. Mahasiswa angkatan 2014 juga akan mampu mengamati dirinya dengan baik melalui proses mengingat atau mencatat cara belajar yang sudah dilakukan dan bagaimana hasilnya serta mencoba hal-hal yang baru atau yang lebih efektif untuk mendukung dirinya di dalam mencapai tujuan.

Mahasiswa angkatan 2014 kurang mampu melakukan fase *performance or volitional control self-regulation* dengan baik cenderung tidak akan dapat mengontrol dirinya dengan baik. Hal tersebut membuat mahasiswa cenderung tidak dapat memberikan perintah kepada dirinya untuk tetap belajar demi mencapai target, tidak membayangkan keberhasilan dalam mencapai target sehingga akan membuat dirinya kurang terdorong dalam melakukan usaha untuk mencapai target, mudah teralihkan oleh hal-hal lain yang tidak berhubungan dengan target atau dapat menghambat dirinya dalam mencapai target dan tidak memiliki strategi belajar yang spesifik dan efektif sehingga mahasiswa cenderung tidak tahu harus melakukan apa untuk mencapai target yang telah ia tetapkan. Mahasiswa juga tidak dapat mengamati dirinya dengan baik, cenderung tidak mengingat atau mencatat cara belajar yang sudah dilakukan dan bagaimana hasilnya sehingga tidak dapat menghasilkan atau mencoba cara baru yang lebih efektif dan lebih menunjang dalam pencapaian target.

## Bagan Kerangka Pikir



Bagan 1.1 Bagan Kerangka Pikir

## 1.6. Asumsi

- *Self-Regulation* mahasiswa angkatan 2014 Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung terdiri atas fase *forethought*, fase *performance or volitional control* dan fase *self-reflection*.
- Untuk memasuki fase *performance or volitional control*, mahasiswa angkatan 2014 Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung telah melewati fase *forethought* di mana mahasiswa menetapkan target yang ingin dicapai dan membuat perencanaan atau strategi belajar untuk mencapai target tersebut.
- Derajat kemampuan *self-regulation* fase *performance or volitional control* pada mahasiswa angkatan 2014 Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung berbeda-beda, mereka dapat menunjukkan kemampuan dalam melakukan *self-regulation* maupun kurang mampu.
- *Self-regulation* fase *performance or volitional control* pada mahasiswa angkatan 2014 Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung ditentukan berdasarkan dua aspek yaitu *self-control* dan *self observation*.
- Derajat *self-regulation* fase *Performance or volitional control* pada mahasiswa angkatan 2014 Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor sosial dan faktor lingkungan.