

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Remaja adalah usia transisi, seorang individu telah meninggalkan usia kanak-kanak yang lemah dan penuh ketergantungan, akan tetapi belum mampu ke usia yang kuat dan penuh tanggung jawab, baik terhadap dirinya maupun masyarakat, semakin maju masyarakat semakin panjang usia remaja karena ia harus mempersiapkan diri untuk menyesuaikan dirinya dengan masyarakat yang banyak dan tuntutan nya (Hurlock, 2003). Menurut Hurlock (2003) remaja berada dalam kisaran usia 12 – 21 tahun.

Masa ini memiliki ciri-ciri tertentu yang membedakan dengan periode perkembangan yang lain. Dalam usia ini remaja memiliki beberapa tugas perkembangan yang harus dipenuhi. Seperti membina hubungan yang baik dengan anggota kelompok yang berlawanan jenis, mencapai kemandirian, mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang sangat diperlukan untuk melakukan peran sebagai anggota masyarakat, mengembangkan perilaku tanggung jawab sosial yang diperlukan untuk memasuki dunia dewasa. Salah satunya adalah melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi, yaitu perguruan tinggi. Pada masa sekarang ini sudah mulai banyak perguruan tinggi yang menggunakan sistem pembelajaran KBK.

Kompetensi adalah seperangkat tindakan cerdas, penuh tanggung jawab yang dimiliki seseorang sebagai syarat untuk dianggap mampu oleh masyarakat dalam melaksanakan tugas-tugas di bidang pekerjaan tertentu (Surat Keputusan Mendiknas nomor 045/U/2002). Kurikulum berbasis kompetensi (KBK) adalah kurikulum yang

pada tahap perencanaan, terutama dalam tahap pengembangan ide akan dipengaruhi oleh kemungkinan-kemungkinan pendekatan, kompetensi dapat menjawab tantangan yang muncul. Artinya, pada waktu mengembangkan atau mengadopsi pemikiran kurikulum berbasis kompetensi maka pengembang kurikulum harus mengenal benar landasan filosofi, kekuatan dan kelemahan pendekatan kompetensi dalam menjawab tantangan, serta jangkauan validitas pendekatan tersebut kedalam masa depan.

Harus diingat bahwa kompetensi bersifat terus berkembang sesuai dengan tuntutan dunia kerja atau dunia profesi maupun dunia ilmu. Keputusan tersebut menetapkan pula arah pengembangan program yang dinamakan dengan kurikulum inti dan kurikulum institusional. Jika diartikan melalui keputusan Mendiknas nomor 045 maka kurikulum inti berisikan kompetensi utama sedangkan kurikulum institusional berisikan kompetensi pendukung dan kompetensi lainnya. Berdasarkan SK Mendiknas nomor 045, kurikulum inti merupakan penciri kompetensi utama, bersifat dasar untuk mencapai kompetensi lulusan, acuan baku minimal mutu penyelenggaraan program studi, berlaku secara nasional dan internasional, lentur dan akomodatif terhadap perubahan yang sangat cepat di masa mendatang. Kesepakatan bersama antara kalangan perguruan tinggi, masyarakat profesi dan pengguna lulusan. Sedangkan kurikulum institusional berisikan kompetensi pendukung serta kompetensi lain yang bersifat khusus dan gayut dengan kompetensi utama.

Dengan KBK maka sistem penilaian hasil belajar haruslah berubah. Ciri utama perubahan penilaiannya adalah terletak pada pelaksanaan penilaian yang berkelanjutan serta komprehensif, yang mencakup aspek-aspek penilain hasil belajar, penilaian proses belajar mengajar, penilaian kompetensi mengajar dosen, penilaian relevansi kurikulum, penilaian daya dukung sarana dan fasilitas, dan juga penilaian program (akreditasi). Ada beberapa strategi yang dapat digunakan dalam KBK, yaitu

mengartikulasikan standar dan desain penilaian di lingkungan pendidikan tinggi, mengembangkan kemampuan dosen untuk melakukan dan memanfaatkan proses pembelajaran, mengembangkan kemampuan subyek didik untuk memanfaatkan hasil penilaian dalam meningkatkan efektifitas belajar mereka, memantau dan menilai dampak jangka panjang terhadap proses dan hasil belajar.

KBK menggunakan pendekatan kompetensi yang menekankan pada pemahaman, kemampuan atau kompetensi tertentu yang berkaitan dengan pekerjaan yang ada di masyarakat. Berbasis kompetensi, sehingga peserta didik berada dalam proses perkembangan yang berkelanjutan dari seluruh aspek kepribadian, sebagai pemekaran terhadap potensi-potensi bawaan sesuai dengan kesempatan belajar yang ada dan diberikan lingkungan. Pengembangan kurikulum dilakukan secara desentralisasi, sehingga pemerintah dan masyarakat bersama-sama menentukan standar pendidikan yang dituangkan dalam kurikulum. Dosen sebagai fasilitator yang bertugas mengkondisikan lingkungan untuk memberikan kemudahan belajar peserta didik. Pengetahuan, keterampilan dan sikap dikembangkan berdasarkan pemahaman yang akan membentuk kompetensi individual.

Depdiknas (2002) mengemukakan bahwa KBK memiliki beberapa karakteristik seperti menekankan pada kecakapan kompetensi mahasiswa baik secara individu maupun klasikal, berorientasi pada keberagaman dan hasil belajar, penyampaian dalam pembelajaran menggunakan pendekatan dan metode yang bervariasi, sumber belajar bukan hanya dosen tetapi juga sumber lain yang memenuhi unsure edukatif dan penilaian penekanan pada proses dan hasil belajar dalam upaya pencapaian dan penguasaan.

Pengontrakan mata kuliah per semesternya menggunakan system paket per semester, tidak bergantung pada capaian IP/IPK, untuk itu mahasiswa akan

mengontrak mata kuliah yang sama setiap semesternya. Selain itu dosen pengajarnya pun dilakukan oleh *team teaching*. *Team teaching* adalah cara pembelajaran yang melibatkan lebih dari satu dosen dengan latar belakang keilmuan atau kemampuan yang berbeda di dalam satu kelas. Tujuan belajarnya adalah untuk mencapai kompetensi (kognitif, psikomotor dan afektif) dan untuk pembahasan materi ajar secara holistic dan terintegrasi.

Dosen yang akan mengajar kelas KBK pun harus memiliki kompetensi seperti mempersiapkan materi perkuliahan dan tugas yang harus dikerjakan mahasiswa untuk setiap kegiatan, membimbing mahasiswa dan menjadi nara sumber pada saat diskusi mahasiswa dan memberi penilaian pada setiap mahasiswa untuk setiap kegiatan sesuai dengan rubrik yang sudah disusun, memberikan umpan balik pada mahasiswa yang presentasi, memeriksa tugas dan memberikan umpan balik dari tugas mahasiswa tersebut untuk kemudian diperbaiki dan diperiksa kembali, memberikan kuis, melakukan evaluasi perkuliahan secara berkala dan memberikan remedial untuk mahasiswa yang belum memenuhi kriteria minimum kelulusan.

Pelaksanaan perkuliahan KBK sesuai dengan waktu kuliah per semester tahun ajaran, dengan jumlah waktu pembelajaran sebanyak 17 minggu tanpa adanya ujian tengah semester atau ujian akhir semester. Setiap mata kuliahnya disusun dalam modul-modul, jumlah modul dalam setiap mata kuliah ditentukan oleh pengelompokan materi ajar dan kemudahan mahasiswa untuk mempelajari materi ajar mata kuliah tersebut agar diperoleh kompetensi yang ditentukan.

Sistem penilaian atau evaluasi dalam pembelajar KBK ini meliputi proses pembelajaran mahasiswa di kelas, tugas, presentasi dan kuis. Setiap modul diakhiri dengan nilai modul, mahasiswa dinyatakan lulus untuk modul tersebut bila mendapatkan nilai minimal B untuk setiap bagian modul. Bila mahasiswa belum

memperoleh nilai minimal B untuk setiap bagian, maka mahasiswa diharuskan mengikuti remedial untuk bagian modul yang belum mencapai nilai minimal B. apabila pada remedial pertama mahasiswa masih belum lulus, maka mahasiswa diberi kesempatan untuk remedial ke 2 setelah semua modul untuk mata kuliah tersebut selesai dilaksanakan. Remedial ini merupakan ujian tanpa kuliah. Apabila mahasiswa masih belum mencapai nilai B setelah remedial yang ke 2, maka mahasiswa tersebut harus mengulang modul-modul dari mata kuliah yang belum mencapai minimal tersebut setelah semester 7.

Kurikulum Berbasis Kompetensi juga sudah mulai di terapkan pada Fakultas Psikologi Universitas "X" selama 5 semester lamanya. Menurut informasi yang di dapatkan, sebenarnya Universitas "X" diminta untuk memulai sistem KBK ini pada tahun ajaran baru 2014, namun pada akhirnya Universitas "X" menerapkan sistem KBK mulai tahun ajaran baru 2013. Sistem pembelajarannya berfokus pada mahasiswa bukan dosen. Dosen menjelaskan secara singkat mengenai topik yang akan dibahas, lalu kemudian mahasiswa harus mencari mengenai topik tersebut melalui buku-buku atau melalui internet dengan cara berkelompok dengan teman-teman sekelasnya. Mereka akan mendiskusikan mengenai topik-topik tersebut dan mempresentasikannya. Dari situlah mahasiswa mendapatkan nilai. Selain melalui tugas dan presentasi kelompok, mahasiswa juga mendapatkan nilai dari kuis yang diberikan oleh dosen.

Berdasarkan fenomena-fenomena yang didapatkan dari 25 orang mahasiswa Psikologi angkatan 2013, 19 (76%) mahasiswa merasa kesulitan dalam mengikuti sistem pembelajaran KBK, karena jam belajarnya yang panjang dan juga cara belajarnya yang berbeda, 6 (24%) mahasiswa mengatakan bahwa mereka dapat mengikuti sistem pembelajaran KBK dengan baik. Mahasiswa merasa kesulitan dalam

menyesuaikan diri dengan sistem KBK ini karena sistem pembelajarannya baru bagi mereka. Ada juga yang merasa senang dalam sistem pembelajaran walau mereka harus merasa kelelahan. Mereka harus bisa belajar mandiri dan belajar untuk berani. Mental dan fisik yang dimiliki pun harus kuat karena mereka akan dihadapkan pada tugas setiap harinya dan juga presentasi serta kuis yang diberikan dosen, selain itu jam kuliah mereka pun lebih lama dibandingkan dengan sistem pembelajaran dengan kurikulum 1994.

Sebanyak 19 orang mahasiswa merasakan kesulitan dan banyaknya hambatan yang terjadi dalam masa transisi dari SMA ke Perguruan Tinggi, apalagi dengan sistem KBK yang telah diterapkan. Hal ini terjadi karena biasanya ketika duduk di bangku SMA sistem pembelajarannya masih di tuntun atau di bimbing oleh guru di kelas. Guru masih berperan kuat dalam pembelajaran. Guru akan memberikan materi yang cukup banyak dan jelas kepada mereka, sehingga mereka tidak perlu lagi untuk mencari-cari sendiri bahan mata pelajarannya, mereka hanya cukup membaca kembali dan mendengarkan atau bahkan mencatat apa yang dikatakan oleh guru di kelas. Mahasiswa-mahasiswa tersebut merasa bahwa kuliah dengan sistem KBK ini cukup berat dan melelahkan. Mereka juga merasa kaget akan sistem penilaian yang berbeda dengan waktu mereka masih duduk di bangku SMA. Dulu ketika SMA mereka dinilai dari hasil ujian atau ulangan serta tugas-tugas yang diberikan oleh guru, sedangkan ketika memasuki Perguruan Tinggi mereka dinilai tidak hanya berdasarkan ujian atau kuis yang mereka dapatkan, namun penilaiannya juga berdasarkan keaktifan mereka di kelas. Sikap, perilaku dan cara kerja mereka di kelas pun di nilai oleh dosen, jadi mereka tidak hanya dinilai berdasarkan kuis atau nilai tugas mereka, namun berdasarkan *soft skill* mereka. Segala upaya yang dilakukan dan tunjukkan mahasiswa



akan mendapatkan penilaian dari dosen, seperti keaktifan mereka di kelas. Jadi mereka dinilai berdasarkan segala proses belajarnya.

Dalam sistem KBK ini mahasiswa dituntut untuk belajar mandiri dan mengerti mengenai materi dan juga harus bisa menguasai materi dalam waktu yang terhitung cukup singkat, mereka harus dapat menguasai banyak hal dalam waktu yang terhitung singkat. Selain itu mereka juga mengalami kendala seperti kesulitan mencari sumber atau bahan materi untuk mengerjakan tugas karena mereka diharuskan mendapatkan sumber dari buku Psikologi atau jurnal Psikologi saja. Mereka juga harus dapat mengatur waktu kerja mereka sebaik mungkin, menguraikan tugas mereka dalam bentuk tulisan atau presentasi di depan kelas sesuai dengan jadwal yang sudah ditetapkan oleh pengajar.

Dengan adanya sistem KBK ini, mahasiswa mengatakan bahwa mereka merasa tertantang untuk belajar setiap harinya karena mereka harus membuat laporan setiap kali pertemuan kuliah dan juga mereka akan mendapatkan kuis dari dosen sesudah pemaparan materi selesai. Hal ini dimaksudkan untuk mencari tahu bagaimana hasil belajar mereka. Dengan seringnya melakukan presentasi, rasa percaya diri mereka sedikit demi sedikit meningkat, mereka tidak ragu untuk berbicara di depan kelas. Terkadang mahasiswa merasa kewalahan dalam menyerap informasi karena kemampuan dalam menerima informasi pada tiap orang berbeda-beda.

Bentuk belajar dalam sistem KBK ini adalah beberapa orang mahasiswa di minta untuk membentuk suatu kelompok-kelompok kecil, lalu kelompok tersebut diberi sebuah topik oleh dosen dan juga diberi batasan waktu untuk mengerjakan. Setelah itu kelompok-kelompok tersebut harus berdiskusi dan mencari bahan. Setelah mereka selesai mengerjakan, maka mereka akan presentasi di depan kelas dan menjelaskan mengenai apa yang mereka dapatkan dihadapan kelas.

Selanjutnya mereka mengatakan bahwa mereka merasakan kesulitan dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh dosen di kelas karena banyaknya tugas dan materi yang harus mereka pelajari. Selain itu jadwal kuliah yang padat dari senin hingga jumat membuat mahasiswa menjadi tidak mempunyai waktu untuk melakukan kegiatan yang lainnya di luar jadwal kuliah. Mahasiswa juga merasa bahwa mereka kurang mendapatkan *feedback* dari dosen mengenai tugas yang telah mereka buat atau kumpulkan. Sebagian dari mahasiswa ini mengatakan bahwa mereka merasa stress karena padatnya jadwal kuliah.

Sebagian besar dari mahasiswa ini membuat perencanaan dalam belajarnya, namun sebagian besar dari mereka tidak dapat melaksanakan jam belajar yang sudah mereka buat tersebut dan merasa kesulitan dalam mengatur jadwal belajar mereka. Hal ini dikarenakan mereka sudah merasa kelelahan ketika selesai kuliah dan kembali ke rumah. Terkadang sesampainya di rumah, mereka tidak ada waktu untuk belajar karena mereka harus menyelesaikan tugas atau laporan yang diberikan oleh dosen yang harus dikumpulkan keesokan harinya. Waktu mereka sudah terpakai untuk menyelesaikan tugas. Mereka pun tidak bisa menyediakan waktunya lagi untuk belajar. Terkadang mereka harus terjaga hingga tengah malam karena mereka harus membuat tugas, hal tersebut membuat mereka kekurangan waktu untuk istirahat. Terkadang mereka sudah memiliki target dalam penyelesaian tugas dan juga waktu untuk belajar, namun pada akhirnya mereka tidak bisa menjalankan rencana mereka tersebut dengan baik. Menurut mereka, rutinitas dalam perkuliahan cukup melelahkan.

Mahasiswa sibuk dengan kegiatan perkuliahan yang padat, waktu mereka untuk melakukan kegiatan di luar kampus pun tidak cukup. Hal tersebut cukup mengganggu kehidupan pribadi mereka. Mereka merasa hanya memiliki sedikit waktu untuk bergaul dengan temannya di luar kampus. Seperti biasanya mereka dapat pergi ke mall



untuk berkumpul dengan teman-temannya sepulang sekolah untuk makan atau sekedar nongkrong dan berkumpul dengan teman-temannya, namun sekarang setelah perkuliahan mereka tidak memiliki waktu untuk berkumpul dengan teman-teman mereka lagi karena mereka sibuk dengan perkuliahan.

Mahasiswa juga harus mengikuti kegiatan non akademik yang diadakan oleh fakultas untuk mengumpulkan poin sebagai syarat kelulusan kelak. Apabila mahasiswa tidak mengikuti kegiatan apapun, dengan sendirinya mahasiswa tidak akan memiliki poin. Oleh karena itu selain disibukkan oleh kegiatan di kelas, mereka juga harus mengikuti kegiatan di luar jam perkuliahan demi mengumpulkan poin sesuai dengan jumlah yang telah ditentukan. Hal ini dilakukan karena mereka ingin menyelesaikan studi tepat waktu.

Mahasiswa memiliki banyak beban yang harus dijalankan seperti menyelesaikan tugas tepat waktu, menyelesaikan studi mereka tepat waktu dengan nilai yang baik, mengumpulkan poin yang wajib mereka lakukan dengan cara mengikuti kegiatan senat, menyeimbangkan waktu antara belajar dan juga kegiatan non akademis. Masing-masing beban tersebut menuntut keseriusan mereka dalam pelaksanaannya. Untuk itu mereka harus memiliki perencanaan yang baik karena apabila mereka tidak memiliki perencanaan mereka bisa saja stress dan pada akhirnya kewalahan dengan semua kegiatan dan tanggung jawab yang mereka miliki. Oleh karena itu mereka perlu memiliki *Self-Regulation* dalam diri mereka masing-masing agar mereka dapat menyeimbangkan dan membagi waktu antara perkuliahan dengan kehidupan pribadi mereka.

*Self-Regulation* adalah pikiran, perasaan dan tindakan yang bersifat *self generated*, yang telah direncanakan dan secara berulang-ulang diadaptasikan dengan pencapaian *personal goal*. *Self-regulation* adalah *thought* (pikiran), *feeling* (perasaan),

dan *action* (tindakan) seseorang yang terencana dan secara berulang-ulang dilakukan untuk beradaptasi dengan pencapaian tujuan pribadi. Jadi apabila seorang mahasiswa dapat membuat perencanaan dalam belajarnya dan juga mencapai tujuan yang mereka buat tersebut, dapat dikatakan bahwa mahasiswa tersebut telah melakukan *Self-Regulation*. Dalam *Self-Regulation* terdapat tiga fase, yaitu fase *forethought* (perencanaan), *performance* atau *volitional control* (pelaksanaan), dan *self reflection* (evaluasi). Ketiga fase tersebut saling berkaitan dan merupakan suatu siklus.

Berdasarkan fenomena tersebut peneliti tertarik untuk meneliti mengenai kemampuan *Self-Regulation* pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2013 di Universitas “X” Kota Bandung.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Bagaimanakah kemampuan *Self-Regulation* pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2013 di Universitas “X” Kota Bandung.

## 1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian

### 1.3.1 Maksud Penelitian

Untuk memperoleh gambaran mengenai kemampuan *Self-Regulation* pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2013 di Universitas “X” Kota Bandung.

### 1.3.2 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui fase *Forethought*, *Performance or Volitional Control* dan *Self-Reflection* pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2013 di Universitas “X” Kota Bandung dan faktor-faktor yang mempengaruhi.

## 1.4 Kegunaan Penelitian

### 1.4.1 Kegunaan Teoretis

- Memberikan masukan dalam bidang Psikologi Pendidikan mengenai kemampuan *Self-Regulation* di Universitas Kristen Maranatha Bandung.
- Memberikan masukan bagi peneliti lain yang berminat melakukan penelitian lanjutan mengenai kemampuan *Self-Regulation*.

### 1.4.2 Kegunaan Praktis

- Memberikan informasi mengenai kemampuan *Self-Regulation* pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2013 di Universitas “X” Kota Bandung.
- Memberikan informasi kepada fakultas Psikologi Universitas “X” mengenai kemampuan *Self-Regulation* pada mahasiswa angkatan 2013. Informasi ini dapat digunakan untuk membimbing mahasiswa angkatan 2013 dalam menempuh studi dengan kurikulum KBK dan pencapaian tujuan pribadi mahasiswa.

## 1.5 Kerangka Pikir

Semua mahasiswa Psikologi angkatan 2013 di Universitas “X” kota Bandung mendapatkan sistem pengajaran KBK. Sistem KBK ini terhitung masih sangat baru di fakultas Psikologi Universitas “X” kota Bandung, karena pada angkatan sebelumnya masih menggunakan kurikulum non KBK. Dengan sistem KBK ini maka mahasiswa dituntut untuk memiliki kemampuan *Self-Regulation* dalam proses belajar di perguruan tinggi. Karena mereka perlu untuk membuat perencanaan dalam studi, melaksanakan apa yang telah mereka rencanakan sebelumnya dan juga membuat evaluasi mengenai hasil yang mereka capai apakah sudah memenuhi target mereka atau belum. *Self-Regulation* diartikan sebagai pikiran, perasaan dan tindakan yang

bersifat *self generated*, yang telah direncanakan dan secara berulang kali diadaptasikan dengan pencapaian *personal goal*. *Self-regulation* adalah *thought* (pikiran), *feeling* (perasaan), dan *action* (tindakan) seseorang yang terencana dan secara berulang-ulang dalam upaya melakukan adaptasi untuk pencapaian tujuan pribadi (Zimmerman 1995, dalam Boekaerts 2002).

Mahasiswa pada umumnya berusia pada kisaran 18-21 tahun yang di kategorikan oleh Hurlock (2003) sebagai masa remaja akhir. Remaja akhir ini dikatakan mengalami banyak perubahan dalam hidupnya karena mereka berada dalam ambang menuju masa dewasa. Mereka mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang amat pesat baik fisik, seksual, heteroseksual kognitif dan identitas diri. Hal ini berpengaruh terhadap bidang studi mereka. Mereka mengalami situasi yang baru dan cara belajar yang baru di perguruan tinggi dan mereka harus menyesuaikan diri mereka dengan situasi yang baru ini. Selain itu mereka juga harus mencapai kemandirian emosional dalam hidupnya, mampu mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual serta mengembangkan perilaku tanggung jawab sosial. Banyak hal yang harus mereka capai dan juga kembangkan di dalam usia ini.

Ada tiga fase dalam *Self-Regulation*. Tahapan pertama dalam *Self-Regulation* adalah fase perencanaan, mahasiswa merencanakan strategi yang akan digunakan dalam pencapaian tujuan belajarnya. Dengan adanya strategi yang mereka susun tersebut maka mahasiswa akan memiliki sistem belajar yang lebih terorganisir. Fase perencanaan ini terbagi lagi menjadi dua kategori yaitu *task analysis* dan *self-motivation beliefs*. Adapun yang dimaksud dengan *task analysis* adalah mahasiswa menganalisis tugas yang harus diselesaikan dengan mengatur strategi yang akan diambil. Mahasiswa akan menuliskan apa saja tugas yang harus mereka selesaikan lalu mengatur tugas mana yang terlebih dulu akan mereka kerjakan. *Task analysis* ini

terbagi lagi menjadi dua yaitu *goal setting* dan *strategic planning*. Adapun yang dimaksudkan dengan *goal setting* adalah mahasiswa mengambil keputusan dalam perilaku yang spesifik seperti misalnya kapan mereka akan mulai mengerjakan tugas-tugas mereka dan kapan mereka akan menyelesaikan tugas tersebut atau sampai dimana mereka akan menyelesaikan tugasnya. Sedangkan *strategic planning* adalah rencana strategi mahasiswa yang sesuai dengan tujuan belajarnya, seperti misalnya mahasiswa menargetkan kapan tugas mereka itu harus selesai sehingga mereka bisa melakukan hal lainnya lagi.

Fase perencanaan yang kedua adalah *self-motivation beliefs* yaitu seberapa tinggi keyakinan yang memotivasi diri mahasiswa dalam merencanakan tugas dan tujuan belajarnya. Jadi mahasiswa memiliki keyakinan di dalam dirinya bahwa mereka bisa membuat perencanaan dalam penyelesaian tugas-tugas mereka dan mencapai tujuan belajar mereka.

*Self-motivation beliefs* ini dibagi lagi menjadi empat yaitu *self efficacy*, *outcome expectation*, *intrinsic interest or valuing* dan *goal orientation*. Adapun yang dimaksud dengan *self efficacy* adalah seberapa tinggi keyakinan diri mahasiswa untuk mampu belajar secara efektif, di mana mahasiswa merasa bahwa mereka mampu untuk belajar dengan baik. Sedangkan *outcome expectation* adalah seberapa tinggi keyakinan diri mahasiswa mengenai pencapaian hasil akhir dari suatu perbuatan, dimana mereka merasa yakin bahwa mereka dapat mencapai target yang sudah mereka tentukan walaupun mereka harus berjuang untuk itu. *Intrinsic interest or valuing* merupakan minat atau penilaian diri mahasiswa dalam mencapai suatu tujuan belajar, yaitu ketika mahasiswa merasa yakin kepada dirinya sendiri bahwa mereka dapat mencapai tujuan belajarnya. Sedangkan *goal oriented* adalah seberapa tinggi keyakinan yang dimiliki

mahasiswa untuk mempertahankan rencananya kearah tujuan yang ingin dicapai, hal ini terlihat dari konsistensi mahasiswa dalam membuat rencana studi mereka.

Jadi dalam tahap perencanaan ini apabila mahasiswa mampu melakukan analisis akan tugas dan membuat goal yang ingin dicapai serta menyusun strategi dalam pencapaian goal tersebut, maka mahasiswa memiliki keyakinan akan perencanaan tugas yang telah di buat.

Tahapan yang kedua dalam *Self-Regulation* adalah fase pelaksanaan yang merupakan tindakan mahasiswa yang sesuai dengan apa yang telah direncanakan dalam fase perencanaan. Jadi mahasiswa melaksanakan semua rencana yang telah mereka buat dan rancang di tahap pertama. Fase ini memiliki dua kategori yaitu *self-control* dan *self-observation*. Adapun yang dimaksud dengan *self-control* adalah seberapa tinggi kemampuan mahasiswa untuk mengontrol diri dalam melakukan suatu tingkah laku, seperti misalnya ketika mahasiswa dihadapkan pada banyak tugas ketika memiliki kegiatan lain yang ingin dilakukan, maka mahasiswa harus memilih mana yang lebih penting untuk dilakukan. *Self-control* ini terbagi lagi menjadi 4 bagian, yaitu *self instruction*, *imagery*, *attention focusing* dan *task strategies*.

*Self-instruction* adalah seberapa besar usaha mahasiswa untuk mengendalikan diri mereka agar dapat melakukan kegiatan yang direncanakan secara sistematis. Jadi ketika rencana sudah ada mahasiswa akan menjalankan rencana tersebut secara sistematis, sehingga mereka dapat menyelesaikan tugas-tugas mereka tepat waktu. Sedangkan *attention focusing* adalah keadaan dimana mahasiswa memfokuskan perhatiannya pada pelaksanaan rencana yang telah disusunnya. Jadi mahasiswa memfokuskan dirinya dalam pembuatan tugas tersebut, walaupun dia ingin melakukan kegiatan lain, dia tetap berusaha menyelesaikan tugasnya terlebih dahulu.



*Self-observation* adalah pengamatan mahasiswa terhadap tingkah lakunya sendiri, mengingat *feedback* dari tingkah laku sebelumnya dan mencoba strategi yang baru. Jadi ketika mereka sudah menjalankan perencanaan yang mereka buat, mereka melihat kembali apakah hasil yang mereka dapatkan efektif atau tidak, apakah ada yang harus mereka perbaiki lagi. *Self-observation* ini terbagi menjadi dua yaitu *self recording* dan *self experimentation*. Didalam kedua hal tersebut mahasiswa akan melakukan *feedback* terhadap tingkah laku sebelumnya dan juga melakukan usaha-usaha yang baru untuk mencapai tujuannya. Perilaku yang biasanya muncul adalah mereka akan melihat kembali bagaimana hasil yang mereka dapatkan ketika mereka melakukan strategi belajar yang telah mereka rancang, apakah baik atau tidak. Apabila masih ada yang mereka rasakan kurang, maka mereka akan mencoba melakukan usaha yang lain agar mereka mendapatkan hasil yang maksimal dalam studinya.

Dalam fase pelaksanaan ini apabila mahasiswa mampu melakukan kontrol diri dalam penyelesaian tugasnya dan juga melakukan observasi diri akan tingkah laku mereka selama melaksanakan strategi belajar yang telah mereka tentukan, maka pelaksanaan ini dapat berjalan dengan baik.

Tahapan yang ketiga atau yang terakhir dari *Self Regulation* adalah fase evaluasi dimana mahasiswa menilai apakah yang dilakukan oleh dirinya sudah memenuhi tujuan atau belum. Jadi mahasiswa akan melihat kembali apakah usaha mereka selama ini cukup baik atau tidak, apakah mereka harus memperbaiki strategi mereka atau tidak. Ada dua kategori dalam fase evaluasi, yaitu *self-judgement* dan *self-reaction*. *Self-judgement* adalah bagaimana usaha mahasiswa dalam menilai hasil pola kegiatan yang mereka jalani selama ini, apakah berdampak positif atau negatif. Hal ini terlihat dari apakah ada kemajuan atau hasil yang baik setelah mahasiswa melaksanakan

strategi yang telah mereka buat. Ada dua kategori dalam *self-judgement*, yaitu *self evaluation* dan *causal attribution*.

*Self-evaluation* adalah kemampuan mahasiswa dalam memfokuskan perhatiannya pada pelaksanaan rencana yang telah disusunnya. Sedangkan *causal attribution* adalah mahasiswa menghubungkan apa yang sudah mereka lakukan dengan apa yang mereka dapat. Kedua hal tersebut saling berhubungan dimana ketika mahasiswa tersebut fokus akan pelaksanaan strategi belajar yang sudah mereka susun, maka mereka akan mulai memahami apa saja yang mereka dapatkan dengan melakukan strategi tersebut.

*Self-reaction* yaitu respon mahasiswa terhadap hasil yang diperoleh dan mempersepsi apakah mereka puas atau tidak puas dan menarik kesimpulan dari pola tingkah laku yang dijalaninya terhadap hasil dan target yang mereka rencanakan. Jadi mahasiswa akan melakukan *flashback* terhadap apa saja yang sudah mereka lakukan selama proses belajar tersebut, bagaimana pelaksanaan strategi belajar mereka apakah itu berhasil atau tidak dan apa yang mereka rasakan dengan hasil yang telah mereka dapatkan pada akhirnya. Apakah merasa puas atau kurang puas dengan hasil tersebut. *Self reaction* ini terbagi menjadi dua, yaitu *self-satisfaction* dan *adaptive inference*.

*Self-satisfaction* adalah persepsi mengenai puas atau tidaknya mahasiswa terhadap pekerjaan yang berkaitan dengan hasil yang mereka capai. Sedangkan *adaptive inference* adalah reaksi mahasiswa terhadap kesimpulan seluruh rencana dan tindakan yang telah mereka lakukan pada fase sebelumnya. Hal ini dibutuhkan agar mahasiswa dapat menilai kembali hasil kerjanya sendiri selama ini. Apakah mereka sudah menerapkan *Self Regulation* dengan baik atau belum, apakah mereka merasa bahwa mereka berhasil atau gagal dalam menjalankan ketiga fase yang telah mereka lakukan.

Dalam fase evaluasi ini mahasiswa akan melakukan penilaian mengenai apakah strategi dan pelaksanaan yang mereka lakukan sudah memenuhi tujuan yang mereka

tentukan atau belum, dan mereka akan melakukan penilaian diri terhadap pola kegiatan mereka selama ini dan juga bagaimana mahasiswa tersebut akan bereaksi terhadap hasil yang telah mereka peroleh. Yang dimaksud dengan tujuan ini adalah menyelesaikan tugas mereka tepat waktu dan juga mendapatkan nilai yang memuaskan.

Kriteria kemampuan *Self-Regulation* seorang mahasiswa dapat dikatakan tinggi ketika fase *Forethought* mereka tinggi atau bisa dikatakan bahwa perencanaan mereka baik, karena perencanaan merupakan dasar bagi pelaksanaan dan evaluasi dalam belajar.

Sedangkan kemampuan *Self-Regulation* seorang mahasiswa dapat dikatakan rendah ketika fase *Forethought* mereka rendah atau bisa dikatakan bahwa perencanaan mereka buruk atau kurang baik. Perencanaan ini merupakan dasar bagi pelaksanaan dan evaluasi belajar, apabila perencanaan mereka buruk maka pelaksanaan dan evaluasi mereka akan menjadi kurang baik juga.

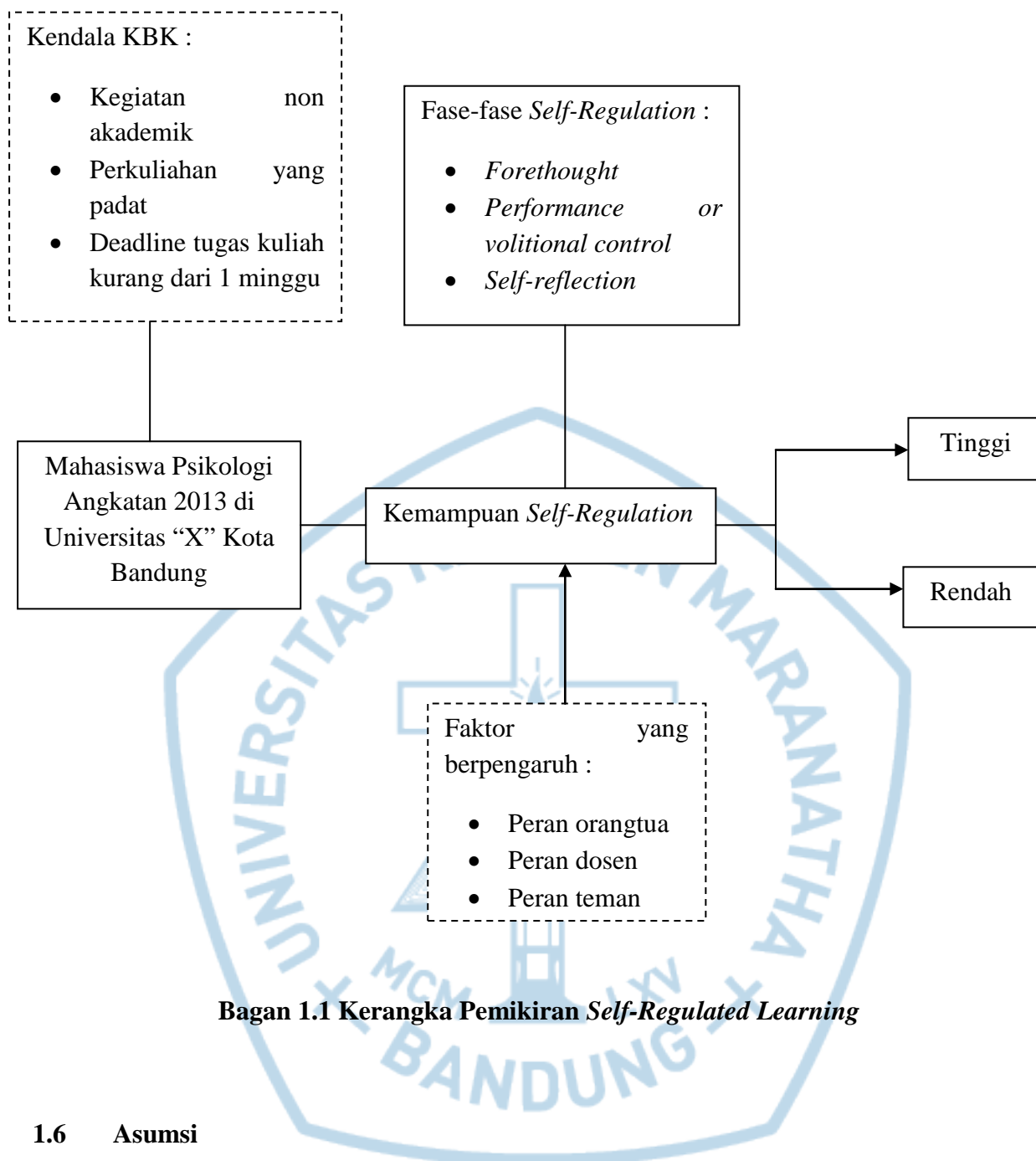
Mampu atau tidaknya seorang mahasiswa dalam meregulasi diri, dipengaruhi oleh berbagai hal, diantaranya adalah faktor sosial. Faktor sosial yang dapat mempengaruhi *Self-Regulation* mahasiswa pertama-tama adalah peran orangtua dimana mahasiswa dapat melihat model atau contoh dari hasil prestasi belajar orang tuanya. Mahasiswa yang berprestasi seringkali berasal dari keluarga yang orang tuanya sukses atau memiliki standar-standar unjuk kerja dan evaluasi diri yang tinggi (Zimmerman, 2000 dalam Boekaerts, 2002). Selain itu, dorongan dan umpan balik yang diberikan oleh orangtua juga akan memengaruhi *Self-Regulation* seseorang. Jadi apabila orangtua mendukung anaknya dalam hal kegiatan akademik, maka itu akan memberikan pengaruh yang positif terhadap hasil studi mereka. Apabila orangtua acuh tak acuh dan tidak peduli terhadap studi anaknya, maka bisa saja hasil yang mereka dapatkan

tidak maksimal dibandingkan dengan orangtua yang memberikan dukungan terhadap anaknya. Dukungan dari orangtua sangatlah penting bagi mahasiswa ini karena mereka berada dalam system pembelajaran KBK, mereka memiliki banyak tuntutan dalam studinya dan juga memiliki kewajiban yang harus mereka jalankan di luar perkuliahan. Apabila orangtua selalu memberikan dukungan, maka hasil belajarnya akan menjadi lebih baik.

Faktor sosial kedua yang dapat memengaruhi *Self-Regulation* mahasiswa adalah peran dosen yang membimbing mahasiswa selama kuliah. Dukungan serta masukan dari dosen dalam kegiatan belajar mahasiswa akan memberi pengaruh yang kuat bagi mahasiswa (Goedenow, dalam Santrock, 2002). Apabila dosen memberikan bimbingan yang lebih terhadap mahasiswa yang merasa kesulitan, maka hal tersebut dapat membantu mahasiswa dalam memahami materi yang sedang mereka pelajari saat itu. Namun dikatakan bahwa sebagian dosen tidak memberikan *feedback* terhadap mahasiswa sehingga mereka tidak tahu bagaimana seharusnya yang tepat. Selain itu, cara dosen mengajar dan menyampaikan materi kuliah juga akan memengaruhi *Self-Regulation* mahasiswanya. Apabila penyampaian materi atau penjelasan yang diberikan oleh dosen kurang jelas, mahasiswa pun akan kesulitan untuk memahaminya. Mungkin ada sebagian mahasiswa yang dapat memahami dengan cepat, namun kemampuan mahasiswa dalam memahami materi berbeda-beda, oleh karena itu dosen harus mampu memberikan penjelasan secara detail sehingga semua mahasiswa dapat memahaminya. Dosen harus menunjukkan dukungannya kepada mahasiswa dalam belajar, mereka harus berusaha untuk memberikan penjelasan yang dapat diterima dan dipahami oleh mahasiswa. Mereka juga harus memberikan *feedback* terhadap tugas yang telah dikerjakan oleh mahasiswa, sehingga mereka mengetahui apa yang salah atau kurang dari hasil pekerjaan mereka. Mungkin dosen

juga dapat memberikan pujian kepada mahasiswa yang mengerjakan tugasnya dengan baik sehingga mahasiswa pun merasa bahwa mereka dihargai dan hasil kerja mereka diterima.

Faktor sosial ketiga yang dapat mempengaruhi *Self-Regulation* adalah teman-teman mahasiswa bersangkutan. Mahasiswa yang bergaul dengan teman yang kurang memiliki minat untuk belajar akan membuat mahasiswa tersebut kurang mampu melakukan *Self Regulation* (Zimmerman dkk, dalam Boekaerts, 2002). Apabila lingkungan belajar dari teman-teman mahasiswa tersebut mendukung dan mereka semua senang belajar, maka hal tersebut akan membuat minat belajar mahasiswa semakin baik lagi. Apabila teman-teman mahasiswa tersebut malas untuk belajar, maka mahasiswa tersebut pun akan menjadi malas untuk belajar juga. Oleh karena itu mereka harus pandai dalam memilih teman untuk bergaul dan belajar. Mahasiswa harus selektif dalam memilih teman, apabila mereka salah memilih teman seperti misalnya teman yang tidak serius belajar maka mereka bisa saja terpengaruh. Hal tersebut bisa menurunkan nilai mereka.



**Bagan 1.1 Kerangka Pemikiran *Self-Regulated Learning***

## 1.6 Asumsi

- Setiap mahasiswa KBK fakultas Psikologi angkatan 2013 di Universitas "X" kota Bandung memiliki kemampuan *Self-Regulation* yang berbeda-beda.
- Mahasiswa dapat dikatakan memiliki kemampuan *Self-Regulation* yang tinggi apabila ketiga fase dalam *Self-Regulation* mereka tinggi yaitu fase *Forethought*, *Performance or Volitional Control* dan *Self-Reflection*.



- Mahasiswa dapat dikatakan memiliki kemampuan *Self-Regulation* yang rendah apabila salah satu atau ketiga fase dalam *Self-Regulation* mereka rendah yaitu fase *Forethought*, *Performance or Volitional Control* dan *Self-Reflection*.

