

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan, menurut Kamus Bahasa Indonesia, proses pengubahan sikap dan tata laku seseorang atau kelompok orang dalam usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan; proses, cara, perbuatan mendidik. (<http://kamusbahasaindonesia.org>, diakses 10 Oktober 2013). Menurut UU No.20 tahun 2003 tentang sistem Pendidikan Nasional, Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Pendidikan sendiri diperoleh melalui jenjang pendidikan yang dimulai dari tingkat TK, SD, SMP, dan SMA sampai universitas atau juga biasa disebut dengan perguruan tinggi. (<http://zkarnain.tripod.com>, diakses 25 Oktober 2013).

Pengertian universitas itu sendiri menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia Departemen Pendidikan Nasional, yaitu perguruan tinggi yang terdiri atas sejumlah fakultas yang menyelenggarakan pendidikan ilmiah dan atau profesional dalam sejumlah disiplin ilmu tertentu. (<http://bahasa.cs.ui.ac.id>, diakses 10 Oktober 2013). Melalui pendidikan di perguruan tinggi atau universitas, akan dihasilkan calon – calon yang siap kerja yang akan membangun bangsa ini. Para peserta didik atau murid dalam suatu universitas biasa disebut dengan mahasiswa. Mahasiswa dalam universitas ini berasal dari berbagai macam latar belakang yang berbeda, diantaranya berbeda daerah asal, ekonomi, dan budaya. Dengan adanya perbedaan daerah asal dan budaya, menuntut mahasiswa untuk beradaptasi dalam dunia perkuliahan yang baru dan situasi lingkungan yang baru, terutama dalam menjaga

kelancaran berlangsungnya proses belajar mengajar dan dalam membangun relasi dengan teman perkuliahan yang baru. Latar belakang ekonomi juga turut berpengaruh dalam kelancaran proses perkuliahan. Mahasiswa dengan latar belakang ekonomi menengah ke atas, dapat memperlancar proses perkuliahan, seperti dapat membayar perkuliahan tepat waktu dan memenuhi kebutuhan fasilitas yang diperlukan untuk kuliah, walaupun tidak menjamin kesuksesannya. Pada tingkat universitas, mahasiswa dituntut untuk lebih aktif dalam proses belajar mengajar. Mahasiswa diharapkan untuk memiliki rasa tanggung jawab yang lebih baik karena mahasiswa sudah dianggap dewasa. Salah satu tanggung jawab mahasiswa dalam menjalankan perannya adalah untuk berusaha lulus tepat waktu sesuai dengan kurikulum.

Universitas “X” merupakan universitas swasta yang berada di kota Bandung, yang sudah berdiri sejak tahun 1965 dan saat ini memiliki 9 fakultas, salah satunya fakultas psikologi. Fakultas Psikologi semenjak berdiri sampai dengan saat ini, sudah banyak menghasilkan lulusan sarjana, dan beberapa ada yang mengabdikan dirinya untuk menjadi pengajar. Fakultas Psikologi Universitas “X” juga turut menyediakan fasilitas yang menunjang untuk membantu mahasiswanya dalam kelancaran proses belajar mengajar, seperti ruang kasuistik yang digunakan untuk pengambilan data, laboratorium perkembangan, laboratorium klinis. (<http://psikologi-maranatha.com>, diakses 5 November 2013)

Menurut kurikulum fakultas psikologi universitas “X”, materi perkuliahan dibagi menjadi 2, yaitu perkuliahan teori dan praktikum. Disamping itu ada mata kuliah umum, wajib, dan pilihan. Untuk lulus sarjana, mahasiswa harus menyelesaikan 144 – 156 SKS. Batas waktu studi mahasiswa adalah 4 tahun atau 8 semester. (<http://www.dikti.go.id>, diakses 5 November 2013). Dalam kenyataannya, masih ada mahasiswa yang belum lulus meskipun sudah menempuh kuliah lebih dari 8 semester dan masih mengontrak mata kuliah UP. Berdasarkan data yang diperoleh dari bagian administrasi fakultas psikologi universitas “X” tahun 2013, mahasiswa yang belum lulus setelah menempuh 8 semester atau lebih dan masih

mengontrak UP, mulai dari angkatan 2004 berjumlah sebanyak 12 orang. Tahun 2005 berjumlah sebanyak 25 orang, tahun 2006 berjumlah sebanyak 29 orang, tahun 2007 berjumlah sebanyak 108 orang, dan tahun 2008 berjumlah sebanyak 146 orang. Keseluruhan mahasiswa tersebut masih dalam status aktif kuliah dan sedang mengontrak mata kuliah UP (Usulan Penelitian), beberapa masih ada yang harus mengikuti kuliah di dalam kelas. Mata kuliah UP menuntut mahasiswa untuk aktif, karena berbeda dengan mata kuliah lain yang sudah terjadwal secara pasti. Mahasiswa harus mengatur waktunya untuk bimbingan dengan dosen, untuk itu mahasiswa harus aktif menghubungi dosen mencari buku teori yang dibutuhkan dan meminta izin untuk pengambilan data. Keberhasilan/kelulusan mata kuliah UP ditandai dengan seminar UP, sesudahnya akan berlanjut dengan mata kuliah skripsi. Mahasiswa yang mengambil mata kuliah UP umumnya berada pada tahap perkembangan dewasa awal. Pada tahap ini muncul keinginan yang kuat untuk bekerja dan mendapatkan penghasilan, membentuk keluarga.

Berdasar survey awal pada 15 orang mahasiswa yang sudah menempuh kuliah 8 semester atau lebih dan masih mengontrak UP diperoleh data, sebanyak 60% mahasiswa belum lulus kuliah dikarenakan jarang mengikuti perkuliahan dan menunda mengerjakan UP. Alasan mahasiswa tersebut tidak mengikuti perkuliahan dikarenakan di kelas tersebut tidak memiliki teman yang berasal dari satu angkatan, akibatnya mahasiswa tersebut dicekal. Alasan lain mahasiswa yang belum lulus adalah menunda mengerjakan UP mereka. Sebanyak 26,7% mahasiswa belum lulus karena harus bekerja sehingga ada beberapa mata kuliah yang ditunda untuk dikontrak atau mengambil cuti untuk bekerja sehingga kegiatan perkuliahan mereka terhambat termasuk dalam mengerjakan UP. Sebesar 13,3% mahasiswa yang terlambat lulus dikarenakan sakit yang membutuhkan istirahat total, sehingga harus mengambil cuti kuliah untuk beberapa waktu tertentu. Dari data diatas, mahasiswa yang tidak mengikuti perkuliahan karena tidak ada teman atau menunda mengerjakan UP dan mahasiswa

yang memilih bekerja terkesan kurang memiliki perencanaan dalam studi, atau dengan kata lain mereka kurang dapat meregulasi diri (*self-regulation*).

Semua mahasiswa tersebut menyatakan bahwa mereka harus lulus sebelum terkena sanksi yang diberlakukan oleh fakultas. Sanksinya adalah setelah 7 tahun kuliah dan belum menyelesaikan skripsi, mahasiswa diminta untuk mengundurkan diri, atau mahasiswa yang sudah 5 tahun kuliah dan belum mengontrak mata kuliah UP (Sesuai dengan SK Dekan Fakultas Psikologi Universitas “X”, nomor 0058/SK/FP/UKM/IX/12 tentang waktu penyelesaian studi). Sanksi tersebut tidak akan berpengaruh pada mahasiswa jika mereka memiliki *self-regulation* yang baik. Dengan adanya *self-regulation*, mahasiswa diharapkan mampu mengatur pikiran, perasaan, dan perilakunya dalam perkuliahan dimana hal itu membantu untuk dapat lulus kuliah secepatnya, khususnya dalam menyelesaikan mata kuliah UP.

Menurut **Bandura, 1986** pandangan sosial kognitif mengenai *self-regulation*, adalah merujuk kepada pemikiran, perasaan, dan tindakan yang muncul dari diri sendiri, yang direncanakan dan secara berulang disesuaikan untuk meraih tujuan pribadi. Menurut **Bandura**, untuk mencapai *goal*, diperoleh melalui 3 fase, yaitu *forethought*, *performance or volitional control*, dan *self reflection*.

Fase pertama tentang *forethought* terdiri dari *task analysis* dan *self motivational belief* yang berisi tentang perencanaan mencapai *goal*. Pada fase kedua, tentang *performance or volitional control* yang dibagi menjadi *self control* dan *self observation*. Proses ini berisi tentang usaha yang dilakukan untuk mencapai *goal*, dilihat melalui usaha yang dilakukan untuk mencapai *goal*. Dan fase ketiga, tentang *self reflection* yang dibagi menjadi *self judgement* dan *self reaction* yang berisi tentang evaluasi atau penilaian terhadap hasil kerja yang sudah dilakukan dibandingkan dengan perencanaan yang dibuat.

Secara khusus perspektif sosial kognitif memandang *self regulation* sebagai suatu interaksi antara proses *personal*, *behavior*, dan *environment* yang bersifat *triadic* (saling bergantung). *Self regulation* dilihat sebagai suatu siklus, karena adanya *feedback* dari tingkah laku sebelumnya digunakan untuk membuat penyesuaian tindakan yang akan dilakukan saat ini dan tindakan di masa yang akan datang.

Dari hasil uraian di atas, menggambarkan tentang pentingnya *self-regulation* yang harus dimiliki oleh mahasiswa. Dengan memiliki *self-regulation*, mahasiswa dapat mengontrol dirinya dan mensiasati diri mereka dalam hal pikiran, perasaan, dan perilaku yang semua itu dapat digunakan untuk membantu mahasiswa lulus kuliah dengan mengerjakan UP mereka. Dari fenomena tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui gambaran *self-regulation* mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” di Bandung, khususnya yang sudah berkuliah 8 semester atau lebih dan masih mengontrak UP.

1.2 Identifikasi Masalah

Peneliti ingin mengetahui tentang gambaran *self regulation* pada mahasiswa psikologi yang mengontrak mata kuliah UP lebih dari 4 semester di universitas “X” kota Bandung.

1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1 Maksud Penelitian

Maksud dari penelitian ini adalah untuk mendapat gambaran mengenai *forethought*, *performance or volitional control*, dan *self reflection* pada mahasiswa psikologi yang mengontrak mata kuliah UP lebih dari 4 semester di Universitas “X” kota Bandung.

1.3.2 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran sejauh mana kemampuan *self-regulation* yang dimiliki oleh mahasiswa psikologi yang sudah mengontrak mata kuliah UP lebih dari 4 semester di Universitas “X” kota Bandung.

1.4 Kegunaan Penelitian

1.4.1 Kegunaan Teoritis

Memberikan masukan dalam pengembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi pendidikan yang berkaitan dengan *self-regulation*.

1.4.2 Kegunaan Praktis

Memberi informasi mengenai *self-regulation* yang dimiliki oleh mahasiswa psikologi yang belum lulus kuliah dan sudah mengontrak mata kuliah UP lebih dari 4 semester, agar informasi ini dapat berguna bagi dosen pengajar untuk meningkatkan regulasi diri mahasiswa dan dapat membantu mereka untuk mencapai target lulus secepatnya.

1.5 Kerangka Pemikiran

Universitas “X” merupakan universitas swasta yang memiliki 9 fakultas. Salah satunya adalah fakultas psikologi. Dalam suatu fakultas, di dalamnya ada mahasiswa yang mengikuti perkuliahan. Mahasiswa tersebut terdiri dalam beberapa angkatan, dimana dalam angkatan tersebut seharusnya ada yang sudah lulus. Dalam kenyataannya masih terdapat mahasiswa yang seharusnya sudah lulus atau idealnya sudah menempuh 4 tahun kuliah (8 semester) tetapi masih belum lulus.

Mahasiswa secara pribadi memiliki kewajiban – kewajiban dan tanggung jawab tertentu, salah satu dari kewajiban dan tanggung jawab mahasiswa adalah lulus kuliah

secepatnya. Mahasiswa ini ada yang belum lulus kuliah dikarenakan beberapa alasan, antara lain mahasiswa malas untuk mengikuti kegiatan kuliah di dalam kelas karena tidak ada teman, ada yang cuti kuliah untuk bekerja, ada juga yang dikarenakan sakit, dimana harus mengambil cuti kuliah. Umumnya mahasiswa ini memiliki keinginan untuk bisa lulus kuliah secepatnya dan itu menjadi target mereka saat ini. Mahasiswa yang sedang mengontrak UP umumnya berada dalam tahap perkembangan dewasa awal, dimana salah satu tugas dari tahap perkembangannya adalah mulai meniti karir atau mandiri secara ekonomi (Havighurst dalam Lemme, 1995), sehingga kondisi ini sering membuat mahasiswa tidak fokus untuk menyelesaikan studinya. Mahasiswa ini perlu memiliki *self-regulation*, dikarenakan untuk menyelesaikan UP diperlukan kemampuan untuk mengontrol pikiran, perasaan, dan tindakan mereka agar dapat mencapai tujuan, yaitu lulus studi.

Dalam kehidupan nyata, mahasiswa untuk dapat lulus kuliah tepat waktu memerlukan pikiran, perasaan, dan tindakan, dimana semua itu ada dalam *self-regulation*. Dengan mahasiswa yang memiliki *self-regulation*, mereka akan dapat mengontrol diri mereka untuk tetap fokus dalam pencapaian *goal*, dimana hal itu dapat membantu mereka untuk mencapai *goal* atau target yang mereka tentukan, yaitu menyelesaikan UP agar dapat lulus kuliah secepatnya. Pengertian *self-regulation* adalah merujuk kepada pemikiran, perasaan, dan tindakan yang muncul dari diri sendiri, yang direncanakan dan secara berulang disesuaikan untuk meraih tujuan pribadi.

Self-regulation digambarkan sebagai suatu siklus karena umpan balik dari kinerja sebelumnya digunakan untuk membuat penyesuaian selama usaha saat ini. Penyesuaian juga diperlukan karena faktor diri pribadi, tingkah laku, dan lingkungan terus-menerus berubah selama proses belajar dan kinerja, dan harus diamati atau dipantau menggunakan tiga siklus kinerja yang berorientasi pada diri. Pada mahasiswa fakultas psikologi universitas “X”, mahasiswa dengan memiliki kemampuan *self-regulation*, mereka akan dapat mengikuti

kegiatan perkuliahan mereka dengan baik dan menyelesaikan UP mereka. Mahasiswa akan dapat mengendalikan fungsi pemikiran mereka untuk mencapai target lulus mereka. Mahasiswa juga akan mampu untuk mengendalikan perasaan mereka, dimana hal ini juga diperlukan oleh mahasiswa untuk membantu mereka dalam proses mencapai target dalam perkuliahan. Dengan adanya kemampuan untuk mengendalikan pikiran dan perasaan, maka mahasiswa akan dapat menunjukkan perilaku kondusif yang sesuai, dimana perilaku yang ditunjukkan akan dapat membantu mereka untuk mencapai *goal* mereka, yaitu lulus kuliah secepatnya. Untuk bisa lulus kuliah, mahasiswa harus menyelesaikan mata kuliah UP sebagai syarat untuk dapat mengontrak skripsi.

Proses *self-regulation* ini memiliki kesamaan dengan sistem perkuliahan SKS. Hal ini terlihat pada fase *forethought*, ketika perwalian mahasiswa merencanakan mata kuliah apa saja yang akan dikontrak dan berapa banyak SKS yang akan diambil dalam 1 semester perkuliahan. Pada fase kedua, yaitu *performance or volitional control*, usaha apa saja yang dilakukan oleh mahasiswa untuk mencapai *goal* mereka selama 1 semester perkuliahan. Dan fase ketiga adalah *self reflection*, berisi tentang evaluasi kembali atau penilaian kembali terhadap hasil kerja yang telah dilakukan selama satu semester.

Menurut sudut pandang sosial kognitif, kemampuan *self-regulation* terdiri dari tiga fase yang *triadic*, yaitu *forethought*, *performance or volitional control*, dan fase *self reflection*. (D. H. Schunk & B. J. Zimmermann, 1998 dalam Boekaerts, 2002). Fase pertama dalam *self-regulation* adalah fase *forethought* atau perencanaan. Fase ini dibagi lagi menjadi dua aspek, yaitu *task analysis* dan *self motivation beliefs*. *Task analysis* mengacu pada langkah – langkah yang akan dilakukan untuk mencapai *goal* sesuai dengan yang diharapkan. Pada mahasiswa fakultas psikologi universitas “X”, mahasiswa yang belum lulus sudah menetapkan perencanaan yang akan dilakukan untuk mencapai *goal* mereka (*goal setting*), yaitu menyelesaikan UP mereka agar dapat lulus kuliah secepatnya. Mereka sudah membuat

perencanaan berdasar hasil kuliah mereka pada semester sebelumnya (*strategic planning*). Saat perwalian, mereka sudah merencanakan akan mengontrak mata kuliah apa saja dan target nilai yang ingin dicapai oleh mahasiswa. Mereka sudah membuat perkiraan nilai yang harus diperoleh saat UTS dan UAS, selain itu mahasiswa juga membuat rencana belajar baru yang dapat membantu mereka mencapai *goal* nya, contohnya mahasiswa sekarang mulai membeli bahan materi pelajaran yang diberikan oleh dosen dan membuat jadwal mengerjakan UP.

Aspek kedua dalam fase *forethought* adalah *self motivation beliefs*. Aspek ini mengacu pada keyakinan mahasiswa yang seharusnya sudah lulus tetapi belum lulus untuk menyelesaikan kuliah mereka (*self efficacy*). Mahasiswa ini memiliki keyakinan untuk dapat lulus kuliah secepatnya, salah satu caranya dengan menyelesaikan UP. Mereka juga memiliki harapan setelah lulus untuk bekerja dan memiliki penghasilan sendiri serta dapat membanggakan orang tua mereka (*outcome expectations*). Mereka juga mengatakan bahwa mereka memiliki minat dalam fakultas yang mereka pilih (*intrinsic interest/value*) dan mereka juga melakukan usaha untuk lulus kuliah secepat mungkin (*goal orientation*). Dengan adanya *self motivation beliefs* yang baik, akan dapat menumbuhkan keyakinan dalam diri mahasiswa yang belum lulus untuk meyakinkan diri mereka bahwa mereka mampu menyelesaikan UP mereka dan lulus kuliah seperti teman – teman mereka yang sudah lulus.

Fase yang kedua dalam *self-regulation* adalah fase *performance or volitional control*. Fase ini meliputi proses – proses yang terjadi selama mahasiswa yang belum lulus berusaha untuk mengoptimalkan usaha mereka untuk dapat mengejar ketinggalan dalam target nya untuk lulus tepat waktu dengan menyelesaikan UP. Bentuk usaha yang dilakukan untuk mencapai target mereka adalah mereka harus segera menyelesaikan mata kuliah UP. Aspek pertama dari fase ini adalah *self control*. Dengan adanya *self control* dapat membantu mahasiswa untuk tetap fokus dalam mencapai *goal* dan mengoptimalkan usaha mereka dalam menyelesaikan UP. Aspek ini berisi tentang usaha yang dikeluarkan oleh mahasiswa yang

belum lulus untuk mengarahkan diri mereka dalam proses mencapai tujuannya. Mahasiswa yang belum lulus ini, mencoba untuk mengejar target lulus mereka dengan menyelesaikan UP mereka dan belajar lebih baik dari pada semester sebelumnya sehingga target yang sudah dibuat sebelumnya dapat tercapai. Mereka mulai merubah sikap mereka saat mengikuti perkuliahan, berusaha hadir setiap mengikuti perkuliahan dan mengerjakan UP mereka sesuai dengan perencanaan yang sudah dibuat sebelumnya.

Dengan mahasiswa mampu untuk fokus dan mengarahkan diri mereka pada tujuannya, maka mahasiswa sudah bisa melaksanakan kewajiban mereka sesuai dengan perencanaan yang sudah dibuat untuk mencapai target mereka (*self instruction*). Kemampuan mereka untuk membayangkan keberhasilan usaha yang mereka lakukan ketika sudah mengikuti seminar (*imagery*), kemampuan mahasiswa untuk selalu memusatkan perhatian dalam mencapai tujuan utama mereka saat mengerjakan UP (*attention focusing*), dan kemampuan mahasiswa dalam merancang kegiatan - kegiatan apa saja yang akan dilakukan agar mencapai hasil yang diharapkan (*task strategies*). Mahasiswa ini berusaha untuk tetap fokus dalam mencapai *goal* mereka, beberapa ada yang mensiasati diri mereka dengan membuat kalimat penyemangat di kamar mereka, ada yang membayangkan hal – hal yang dapat mereka lakukan setelah lulus, seperti tidak bergantung lagi pada orang tua mereka.

Aspek kedua dalam fase ini adalah *self observation*. Aspek ini berisi tentang kemampuan mahasiswa yang belum lulus untuk menelusuri aspek – aspek spesifik dari tugas mereka, kondisi sekeliling, dan efek yang dihasilkan dari melaksanakan tugas mereka (**Zimmermann & Paulsen, 1995**). Aspek ini berisi tentang kemampuan mahasiswa yang belum lulus untuk mengingat hal – hal yang pernah dialaminya (*self recording*), seperti hal – hal yang menjadi penyebab mereka belum lulus atau alasan mereka mengulang mata kuliah, dan kemampuan mereka untuk mencoba hal – hal baru (*self experimentation*), seperti mencoba pola belajar yang baru, beberapa mahasiswa menetapkan peraturan pada dirinya

sendiri dalam satu hari meluangkan waktu satu jam untuk mengerjakan mata kuliah UP mereka.

Fase ketiga dalam *self-regulation* adalah *self reflection*, dimana terdiri dari dua aspek, yaitu *self judgement* dan *self reaction*. Aspek yang pertama, yaitu *self-judgment*, melibatkan evaluasi diri atas kinerja individu dan menghubungkan penyebab signifikan terhadap hasil kerja yang sudah dilakukan. Pada mahasiswa yang belum lulus karena tidak mengerjakan UP, mereka melakukan evaluasi terhadap diri mereka sendiri (*self evaluative*). Mereka mencari penyebab ketidak lulusan mereka, seperti mahasiswa tidak lulus karena nilai tugas tidak memenuhi syarat atau tidak pernah mengumpulkan tugas. Ada juga mahasiswa yang sudah absen lebih dari tiga kali sehingga dicekal dan tidak lulus atau terpengaruh lingkungan (*causal attribution*). Beberapa mahasiswa membuat perencanaan baru dengan mengontrak kembali mata kuliah yang tidak lulus dan beberapa mahasiswa membuat perencanaan dengan tetap mengontrak mata kuliah semester selanjutnya dan yang tidak lulus akan dikontrak saat perkuliahan remedial.

Aspek yang kedua pada fase ini adalah *self reaction*. *Self reaction* mengacu pada derajat kepuasan atau ketidakpuasan dan pengaruh yang terkait dengan kinerja individu (*self satisfaction*), dimana hal ini penting karena individu mengejar tindakan yang menghasilkan kepuasan dan pengaruh positif, dan menghindari tindakan yang menghasilkan ketidakpuasan dan pengaruh negatif, seperti kecemasan (**Bandura, 1991**). Mahasiswa yang belum lulus tetapi sudah melakukan usaha – usaha tertentu dan berhasil dalam menyelesaikan UP, mereka merasa puas dengan tindakan yang sudah dilakukan. Mereka merasa usaha dan perencanaan yang sudah dibuat efektif dan memberikan pengaruh yang positif pada mahasiswa tersebut sehingga menimbulkan keyakinan dalam diri mereka bahwa mereka bisa mencapai target lulus mereka.

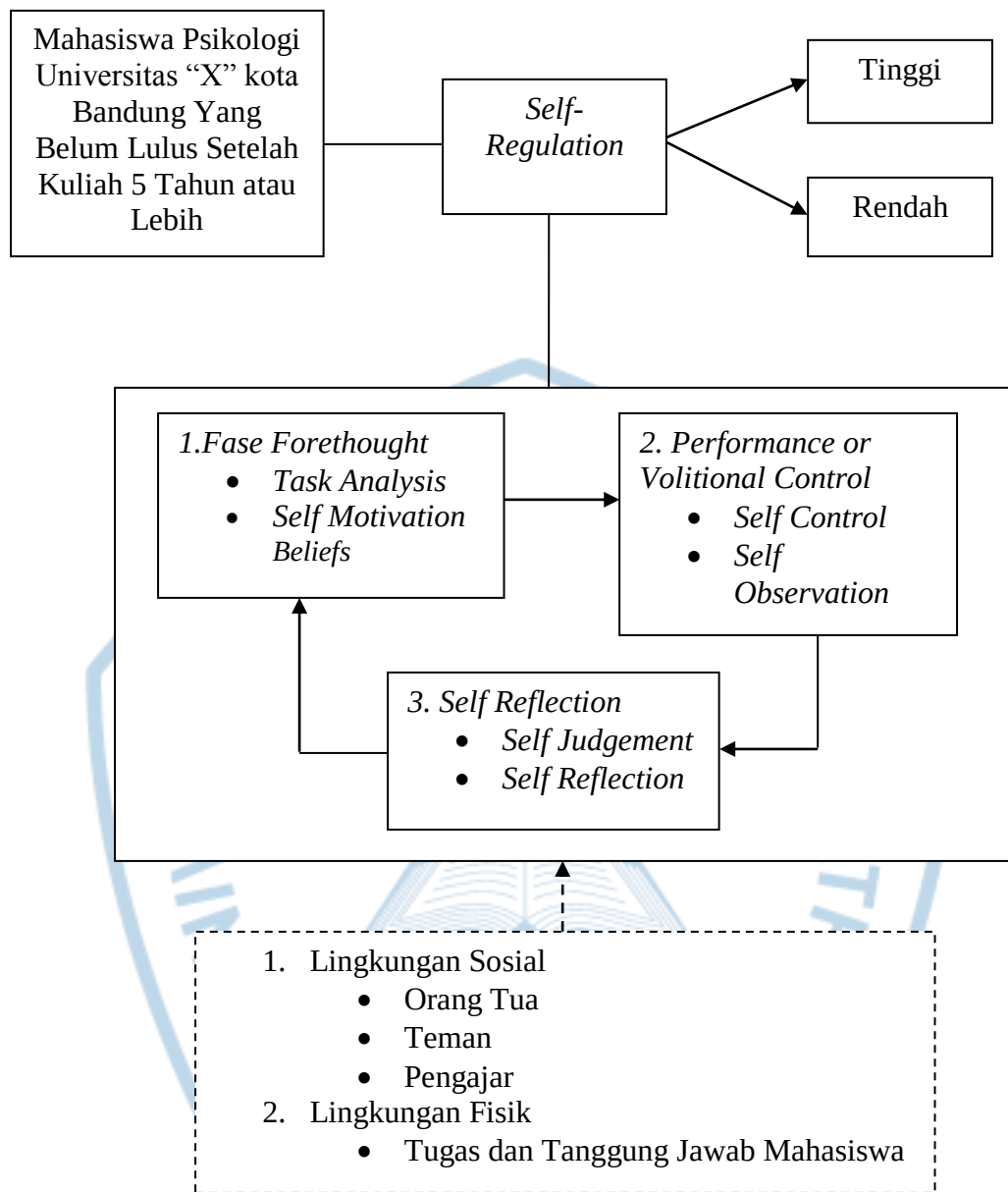
Di dalam *self reaction* selain *self satisfaction* juga terdapat *adaptive or defensive inferences*, merupakan kesimpulan mengenai bagaimana seseorang perlu mengubah pendekatan *self-regulatory* pada usaha berikutnya untuk belajar dan bekerja. *Adaptive inferences* penting karena hal tersebut mengarahkan individu pada bentuk pengaturan diri yang baru dan secara potensial lebih baik, seperti mengubah tujuan atau memilih strategi yang lebih efektif (Zimmerman & Martinez-Pons, 1992). Mahasiswa yang terlambat lulus karena tidak menyelesaikan UP pada semester sebelumnya, mencoba untuk memperbaiki dengan mengubah cara belajarnya dan membuat perencanaan baru dalam mengerjakan UP. Apabila rencana mereka tidak mencapai hasil yang diinginkan, mereka akan tetap fokus terhadap *goal* mereka dengan mencoba cara baru, seperti mahasiswa yang tidak rutin bimbingan lalu berubah menjadi rutin mengikuti bimbingan UP.

Sebaliknya, *defensive inferences* terutama untuk melindungi individu dari ketidakpuasan dan perasaan bermusuhan di masa mendatang, tetapi sayangnya *defensive inferences* juga merusak keberhasilan adaptasi. Reaksi diri yang defensif mencakup ketidakberdayaan, prokrastinasi, menghindari tugas, ketidakterlibatan kognitif, dan apatis. Beberapa mahasiswa yang *defensive* akan melindungi dirinya dengan mengatakan misalnya bahwa mereka tidak lulus mata kuliah UP karena dosen dipersulit oleh dosen pembimbing. Mahasiswa yang memiliki *self-regulation* yang tinggi, akan mampu membuat perencanaan untuk mencapai *goal* mereka, yaitu menyelesaikan UP sehingga bisa lulus kuliah secepatnya (*Fase Forthought*), mampu melaksanakan perencanaan yang sudah dibuat dan tugas mereka (*Fase Performance or Volational Control*), dan mahasiswa mampu melakukan evaluasi terhadap hasil yang sudah mereka dapat (*Fase Self Reflection*).

Semua fase-fase di atas juga dipengaruhi oleh 2 faktor, yaitu lingkungan sosial dan lingkungan fisik dimana kedua faktor ini saling berhubungan dan bersifat triadic antara sosial, fisik, dan diri. Lingkungan fisik dan sosial dipandang oleh peneliti sosial kognitif sebagai

sumber untuk meningkatkan diri dalam *forethought, performance and volitional control*, dan *self-reflection*.

Faktor sosial, contohnya adalah orang tua, teman, dan pengajar. Peran orang tua yang kondusif serta teman yang sudah lulus akan dijadikan modeling oleh mahasiswa yang belum lulus untuk memotivasi mencapai *goal*. Misalnya, mahasiswa yang memiliki orang tua yang selalu mendukung dan menyemangati anaknya, maka dapat menumbuhkan semangat dalam diri mahasiswa untuk mengarahkan kemampuannya dalam mencapai *goal*. Dapat juga orang tua memberi hadiah atau memuji untuk memotivasi anaknya. Peran teman juga dapat dijadikan modelling yang memotivasi, mahasiswa yang memiliki teman yang sudah lulus, dapat memotivasi mahasiswa tersebut untuk mengejar studi mereka yang tertinggal agar dapat sama dengan temannya yang sudah lulus. Yang kedua adalah faktor fisik, misalnya kesadaran mahasiswa akan peran dan tugasnya serta fasilitas yang menunjang mahasiswa. Dengan mahasiswa yang sadar akan tugas dan perannya, diharapkan mahasiswa akan lebih fokus dalam pencapaian *goal* mereka. Misalnya, mahasiswa yang belum lulus diharapkan sadar akan keterlambatan mereka dan belajar lebih rajin setiap ujian dan menyelesaikan UP mereka. Mahasiswa yang mampu menggunakan sumber daya lingkungan fisik dan sosial, akan membantu mahasiswa dalam meregulasi diri mereka dan mempermudah mereka dalam pencapaian target mereka.



Bagan 1.1. Kerangka Pemikiran

1.6 Asumsi

- Mahasiswa Psikologi Universitas “X” Bandung memiliki kemampuan *self regulation* akademik meliputi *fase forethought, performance or volitional control*, dan *self reflection* yang berbeda – beda.
- Kemampuan *self regulation* akademik mahasiswa Psikologi Universitas “X” Bandung dipengaruhi oleh faktor – faktor dalam diri dan faktor lingkungan.

