

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar belakang masalah

Manusia merupakan individu dimana mereka dituntut untuk belajar setiap saat. Proses belajar bagi individu sudah dimulai sejak manusia lahir terutama dari keluarga. Anak memperoleh berbagai pengalaman dan dididik dengan berbagai norma, nilai, sopan santun, dan aturan-aturan rumah. Hal tersebut membantu anak dalam menjalankan aktivitasnya baik dalam menjalankan relasi di lingkungan sosialnya maupun dalam kegiatan belajar-mengajar, khususnya di lingkungan sekolah.

Di dalam pendidikan formal, pengetahuan dan keterampilan dalam hal kognitif, motorik serta sikap/nilai yang diperoleh individu diberikan secara bertahap. Individu akan menempuh pendidikan formal dari tingkat *play group*, TK, SD, SMP, SMA dan perguruan tinggi. Individu yang menginjak tingkat pendidikan perguruan tinggi, dikenal dengan sebutan mahasiswa diharapkan dapat menggunakan pengetahuan dan keterampilan yang sudah diperolehnya secara menyeluruh sehingga proses belajar dapat berjalan optimal.

Mahasiswa yang usianya berkisar antara 18-21 tahun, dalam tahap perkembangannya berada pada masa remaja akhir dimana proses belajar tersebut merupakan salah satu tugas perkembangan yang harus dipenuhi sebagai individu dewasa. Pada tahapan tersebut diharapkan sudah mampu untuk mengembangkan intelektualnya sehingga dengan hasil belajar yang baik maka dapat mempersiapkan diri untuk pekerjaan dan selanjutnya membentuk kehidupan

berkeluarga yang mandiri. Demikian pula dengan mahasiswa Psikologi angkatan 2002 diharapkan dapat memenuhi tugas perkembangannya khususnya dalam hal akademik.

Dalam program studi Psikologi, mahasiswa Psikologi diberikan pengetahuan tentang perilaku manusia serta fungsi-fungsi psikis yang mendasarinya. Fakultas Psikologi memiliki beberapa tujuan yang sudah ditetapkan berdasarkan **Ketetapan Bersama Dekan-Dekan Fakultas Psikologi se-Indonesia dan Himpunan Psikologi Indonesia (Himpsi) No: 01/KOL.PSI/02** yaitu menghasilkan sarjana Psikologi yang profesional, memahami pengetahuan dasar psikologi dan teknik pengamatan secara objektif sehingga dapat menginterpretasikan tingkah laku manusia menurut kaidah-kaidah Psikologi baik perorangan maupun kelompok, mengenal berbagai macam alat pengukuran Psikologi dan memahami fungsi serta manfaatnya, mampu menunjukkan kepekaan terhadap nilai dan permasalahan bio-psiko-sosial dan moral dalam konteks Indonesia, mampu melakukan penelitian di bidang Psikologi, dan mampu menghayati dan melaksanakan kode etik keilmuan, dan penelitian Psikologi.. Hal ini tertuang di dalam kurikulumnya yang mengandung tujuh kompetensi yaitu pertama, menguasai teori-teori Psikologi dari konsep-konsep utamanya, hasil-hasil empiris, sejarah, dan perkembangan ilmu psikologi. Kedua, menguasai metode penelitian dasar baik kuantitatif dan kualitatif. Ketiga, menguasai konsep-konsep dan prinsip-prinsip dasar dalam asesmen, menyusun skala psikologis, mampu mengamati perilaku manusia dan melakukan pengumpulan informasi secara objektif dan sistematis. Keempat, menguasai pengetahuan dasar dan memiliki keterampilan dalam intervensi, konsultasi, dan

pelatihan. Kelima, memiliki kemampuan mengembangkan komunikasi dan memelihara hubungan interpersonal serta masyarakat yang efektif dan konstruktif. Keenam, mampu berperilaku etis dan menghargai pluraritas atau toleran terhadap keberagaman. Ketujuh, dapat berpikir kritis, berkomunikasi secara lisan dan tertulis dengan efektif, bertanggung jawab, percaya diri, memiliki kemampuan menelusuri informasi dan menggunakan teknologi informasi, sebagai problem solver (**Hasil Kolokium Psikologi Indonesia, Yogyakarta, 2005**). Hal senada diungkapkan **Brown (1998, dalam Boekaerts, 2002)** bahwa idealnya universitas dalam hal ini perguruan tinggi harus mampu memberikan pengetahuan dasar dan sejumlah keterampilan khusus serta pelatihan yang dapat mempertemukan mahasiswa Psikologi angkatan 2002 dengan persyaratan-persyaratan di dunia kerja.

Selain tuntutan kompetensi yang diharapkan dimiliki mahasiswa Psikologi angkatan 2002 setelah menyelesaikan studinya itu, fakultas Psikologi Universitas “X” juga menetapkan kebijakan-kebijakan yang harus dipatuhi seperti batasan waktu studi yang harus ditempuh mahasiswa Psikologi angkatan 2002 yaitu delapan semester (4 tahun) untuk program sarjana, mahasiswa Psikologi diharapkan memperoleh nilai IPK akhir minimal 2,75 yang umumnya merupakan syarat minimal untuk bekerja dan studi lanjut. Sebagai akhir studinya mahasiswa Psikologi dituntut untuk menyelesaikan karya ilmiah berupa skripsi sebagai persyaratan untuk menjadi sarjana. Dalam hal ini diperlukan kemandirian baik dalam mencari materi maupun mengerjakan skripsi, untuk itu diperlukan *self regulation* akademik dalam diri mahasiswa tersebut. Hasil belajar dan rata-rata lamanya studi yang ditempuh mahasiswa Psikologi merupakan salah satu

komponen yang dinilai dalam akreditasi bagi program studi. Jadi ketepatan waktu studi dan perolehan IPK yang tinggi sangat penting bukan saja untuk mahasiswa Psikologi tetapi juga untuk institusi fakultas.

Kekompleksan belajar di perguruan tinggi menuntut seorang remaja akhir, dalam hal ini mahasiswa Psikologi angkatan 2002 dalam mengatur perencanaan, melakukan, dan mengevaluasi perencanaan yang sudah dia buat. Mahasiswa Psikologi angkatan 2002 dituntut untuk dapat mandiri dan membuat keputusan sendiri termasuk dalam hal akademik seperti membuat perencanaan kegiatan akademik, melaksanakan rencana kegiatan akademik, dan mengevaluasi kegiatan belajarnya. Mahasiswa angkatan 2002 yang berada pada semester VII ini, diharapkan sudah dapat menyelesaikan beban studi sesuai dengan persyaratan fakultas dalam delapan semester harus sudah lulus. Namun pada kenyataannya, mahasiswa Psikologi angkatan 2002 yang saat ini berjumlah 184 mahasiswa, 59% mahasiswa memiliki IPK yang di bawah 2.75, 32% mahasiswa memiliki IPK 2,75-3,00 dan sisanya 9% mahasiswa memiliki IPK berada di atas 3,00. Sebesar 62% mahasiswa Psikologi angkatan 2002 masih mengambil/mengulang mata kuliah di semester-semester sebelumnya. Dan hanya 3% yang sedang menempuh mata kuliah skripsi. Gambaran mahasiswa Psikologi angkatan 2002 tersebut akan menunjukkan lama studi yang akan mereka tempuh melebihi dari harapan fakultas yaitu delapan semester. Dengan semakin mahalnya uang kuliah serta ketatnya kompetisi lapangan kerja seharusnya memicu mahasiswa termasuk mahasiswa Psikologi angkatan 2002 untuk lebih berusaha maksimal untuk segera menyelesaikan masa studinya, namun kenyataannya tidak seperti demikian. Jumlah mahasiswa Psikologi yang masuk dengan yang lulus sangat tidak

seimbang. Begitu pula dengan jumlah mahasiswa Psikologi yang mengontrak skripsi sebanyak 321 mahasiswa hanya sebanyak 15% dari jumlah tersebut yang lulus tiap tahunnya. Berbagai kondisi tersebut perlu penanganan bersama antara mahasiswa termasuk mahasiswa Psikologi angkatan 2002 dan pihak fakultas untuk mencari solusi bagaimana memotivasi mahasiswa Psikologi angkatan 2002 untuk semakin terpacu proses belajarnya dalam menyelesaikan masa studinya dengan cepat. Kerja sama antara fakultas dengan mahasiswa Psikologi angkatan 2002 memerlukan gambaran mengenai mahasiswa Psikologi angkatan 2002 sebagai langkah awal pencarian solusi agar mahasiswa Psikologi angkatan 2002 terpacu untuk berhasil dalam proses belajarnya.

Keberhasilan proses belajar mahasiswa Psikologi tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor baik di dalam diri seperti kemampuan intelektual, minat, bakat, kondisi fisik, sikap dan kebiasaan belajar, maupun faktor di luar diri seperti dukungan dan fasilitas dari lingkungan rumah ataupun kampus (**Winkel, 1986**). Pada kenyataannya, mahasiswa Psikologi angkatan 2002 dengan tingkat inteligensi yang tinggi, lingkungan rumah dan kampus yang mendukung dapat membuat mahasiswa Psikologi angkatan 2002 mencapai prestasi belajar yang optimal, walaupun tidak sedikit juga mahasiswa Psikologi angkatan 2002 yang kurang dapat berprestasi secara optimal (*underachiever*). Menurut penelitian **Rakhman** mengenai pengaruh faktor internal dengan prestasi belajar (**1989:50**), mengungkapkan dengan tingkat inteligensi setara, motivasi belajar tinggi yang dimiliki seseorang tidak selalu menghasilkan prestasi yang lebih baik daripada seseorang dengan motivasi berprestasi yang rendah, diperlukan lingkungan faktor lingkungan yang mendukung juga. Menurut **Boekaerts (2000)**, selain faktor-

faktor di atas, terdapat faktor lain yang turut mempengaruhi keberhasilan siswa dalam mencapai prestasi yaitu kemampuan untuk mengatur diri dalam kegiatan belajarnya yang disebut sebagai *self regulation* akademik.

Self regulation akademik memiliki kapasitas untuk mengatasi permasalahan lingkungan eksternal yang menghambat atau kurang mendukung dalam proses belajar mahasiswa. *Self regulation* akademik dan faktor internal seperti intelegensi, motivasi, minat, bakat, dan kondisi fisik akan saling mendukung untuk mengatasi berbagai hambatan yang berasal dari lingkungannya. Begitu banyak manfaat yang dapat diperoleh dari peranan *self regulation* akademik dalam diri seseorang. Menurut penelitian **Zimmerman dan Martinez-Ponz (1986)** menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki permasalahan dalam kemampuan *self regulation* dalam bidang akademik memperlihatkan nilai-nilai yang sangat rendah di sekolah. Dalam penelitian lainnya, ditemukan bahwa terdapat hubungan positif antara *self efficacy* bidang verbal dan matematika dengan strategi *self regulated-learning* untuk pencapaian prestasi siswa normal maupun berbakat (**Zimmerman, 1994**).

Berdasarkan pengamatan peneliti, hambatan yang dialami angkatan 2002 untuk menyelesaikan studi dengan cepat bersumber dari kurang mampuan mereka dalam meregulasi diri. Masalahnya apakah mereka dapat menanggulangi hambatan-hambatan lingkungan yang kurang mendukung proses belajar mereka. Hal ini tercermin dari mahasiswa angkatan 2002 yang diasumsikan memiliki potensi intelektual yang tergolong tinggi dimana mereka dapat diterima di fakultas Psikologi Universitas “X” lewat seleksi masuk yang artinya diprediksikan mereka mampu mengikuti proses kuliah dengan baik. Mahasiswa Psikologi angkatan

2002 juga diasumsikan memiliki minat terhadap jurusan Psikologi karena telah memilih program studi yang sudah spesifik. Selain itu, dari lingkungan eksternal, fakultas sudah memfasilitasi untuk proses belajar yang kondusif seperti perpustakaan, pembimbing skripsi serta dosen wali. Masalahnya apakah mereka dapat menanggulangi hambatan-hambatan lingkungan yang kurang mendukung proses belajar mereka. Hal ini terlihat pada sejauh mana kemampuan mahasiswa Psikologi angkatan 2002 untuk meregulasi diri. Hal ini menunjukkan perlunya *self regulation* akademik sejalan dengan berkembangnya kondisi kognitif secara matang mahasiswa Psikologi angkatan 2002 yang diharapkan sudah mampu meregulasi dirinya untuk mencapai tujuan yang dikehendaki, yaitu prestasi yang tinggi atau lulus sesuai waktunya.

Kemampuan meregulasi diri menurut **Zimmerman** (1998, dalam **Boekaerts**, 2000) dimaksudkan yaitu kemampuan individu dalam mengendalikan pikiran, perasaan dari perilakunya yang diperlihatkan melalui merencanakan, memutuskan dan mengevaluasi tindakannya khususnya dalam hal akademik. Kemampuan mahasiswa Psikologi angkatan 2002 melakukan *self regulation* akademik ini meliputi kemampuan dalam menentukan target nilai yang ingin dicapai, merencanakan membuat jadwal belajar, memperhitungkan berapa mata kuliah yang harus diambil sesuai kemampuannya, mengikuti kuliah dengan baik, mengikuti ujian, bertanya pada dosen bila tidak jelas, berdiskusi dengan teman, menjaga agar tidak terjadi pelanggaran dalam administrasi, yakin dengan kemampuan yang dimilikinya, mengevaluasi prestasi yang diperolehnya serta menunjukkan perasaan puas atau ketidakpuasan terhadap hasil yang diperoleh. Kegiatan-kegiatan tersebut termasuk kegiatan yang memerlukan pengontrolan diri

dalam hal pemikiran, perasaan, dan tindakan. Dalam hal ini, pengontrolan dari pemikiran, perasaan, dan tindakan mahasiswa Psikologi angkatan 2002 tersebut membantu meningkatkan kemampuan *self regulation* akademik.

Kemampuan *self regulation* menurut **Zimmerman (dalam Boekaerts,2000)** mengacu pada tiga fase yaitu pertama, fase *forethought*, yaitu mahasiswa Psikologi angkatan 2002 diharapkan memiliki tujuan akademik yang diterapkan dengan cara menyusun rencana kegiatan belajarnya serta ditunjang dengan adanya keyakinan dari dalam diri. Fase *forethought* pada mahasiswa Psikologi angkatan 2002 misalnya memiliki target nilai ketika menghadapi ujian. Fase *performance/volitional control*, mahasiswa Psikologi angkatan 2002 mampu untuk melaksanakan semua rencana-rencanan kegiatan belajarnya yang telah disusun untuk mencapai tujuan akademiknya, seperti memiliki jadwal belajar, belajar jauh sebelum ujian berlangsung dan melakukan pembagian waktu untuk setiap kegiatan. Fase *self reflection*, mahasiswa Psikologi angkatan 2002 melakukan evaluasi terhadap hasil dari tujuan akademik dan rencana yang telah dilaksanakan sesuai dengan yang ingin dicapainya, misalnya membandingkan hasil dengan rencana yang telah ditetapkan sebelumnya dan menjadikan bahan pertimbangan bagi mahasiswa Psikologi angkatan 2002 untuk target akademik selanjutnya.

Untuk memperjelas kondisi di atas, peneliti berupaya mengetahui gambaran *self regulation* akademik dari 25 orang mahasiswa angkatan 2002 dengan cara membagi kuesioner, diperoleh gambaran sebagai berikut: sebanyak 40 % mahasiswa Psikologi angkatan 2002 tidak mampu merencanakan kegiatan belajarnya, 24 % mahasiswa tidak mempunyai jadwal belajar dan 18% tidak

memperhitungkan mata kuliah yang diambil berdasarkan kemampuannya (*task analysis*), serta 16% mahasiswa Psikologi belajar karena suruhan orang tua dan 48% mahasiswa belajar karena keinginan sendiri (*self-motivation beliefs*).

Fase kedua adalah *fase performance/volitional control*, dimana mahasiswa Psikologi angkatan 2002 diharapkan mampu untuk menetapkan dan melaksanakan perencanaan kegiatan belajarnya. Tapi kenyataannya, dari 25 mahasiswa Psikologi angkatan 2002, diperoleh data sebanyak 28% mahasiswa tidak mampu menetapkan dan melaksanakan kegiatan belajarnya, sebesar 16% mahasiswa sering datang terlambat kuliah dan 44% mahasiswa tidak memperhatikan dosen saat diterangkan materi kuliah (*self control*), 20% mahasiswa terlambat mengumpulkan tugas (*self observations*).

Fase yang ketiga menurut Zimmerman (**dalam Boekaerts,2000**) adalah *fase self-reflection*, yaitu kemampuan mahasiswa Psikologi angkatan 2002 mengevaluasi hasil dari pelaksanaan perencanaan kegiatan belajarnya tersebut. Namun, berdasarkan data survey awal 25 mahasiswa Psikologi angkatan 2002 diperoleh data sebesar 32% mahasiswa tidak mampu melakukan evaluasi terhadap nilai IPK yang diperolehnya, sebanyak 16% mahasiswa membandingkan nilai IPK yang diperolehnya dengan nilai IPK yang ditargetkannya dan 36 % mahasiswa tidak tahu mengapa nilai IPK yang diperolehnya tidak sesuai target (*self judgement*), 16% mahasiswa tidak peduli dan menghindar dari kegiatan kuliah (*self reaction*).

Berdasarkan data di atas dapat dilihat bahwa mahasiswa Psikologi angkatan 2002 yang bermasalah dalam hal administrasi kuliah, mengambil mata kuliah terlambat dari semester yang seharusnya, dan bermasalah dengan

pengumpulan tugas kuliah tampaknya dilatarbelakangi oleh kurang mampunya mereka melakukan *self regulation* akademik. Mereka kurang mampu dalam merencanakan, mengolah, dan menampilkan aktivitas belajar yang baik dalam hal akademik. Sedangkan mahasiswa Psikologi angkatan 2002 yang tidak bermasalah dalam administrasi belajar serta mengambil jatah mata kuliah dengan semester yang sesuai dilatarbelakangi oleh kemampuan yang cukup dalam melakukan *self regulation* akademik.

Berdasarkan keadaan di atas membuat peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut mengenai *self regulation* akademik pada mahasiswa Psikologi angkatan 2002 Universitas “X” di Bandung.

1.2. Identifikasi Masalah

Bagaimana gambaran *self regulation* akademik pada mahasiswa Psikologi angkatan 2002 Universitas “X” di Bandung.

1.3. Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1. Maksud Penelitian

Untuk mendapatkan informasi tentang *self regulation* akademik pada mahasiswa Psikologi angkatan 2002 Universitas “X” di Bandung.

1.3.2. Tujuan Penelitian

Untuk memperoleh gambaran yang rinci mengenai *self regulation* akademik pada mahasiswa Psikologi angkatan 2002 Universitas “X” di Bandung.

1.4. Kegunaan Penelitian

1.4.1. Kegunaan teoritis

- Memberikan informasi tambahan yang berguna bagi perkembangan ilmu Psikologi, khususnya Psikologi Perkembangan dan Psikologi Pendidikan mengenai *self regulation* akademik pada mahasiswa Psikologi angkatan 2002 Universitas “X” Bandung.
- Memberikan informasi sebagai rujukan bagi penelitian lebih lanjut mengenai *self regulation* akademik

1.4.2. Kegunaan praktis

- Memberikan informasi bagi orang tua agar setelah mengetahui tingkat kemampuan *self regulation* akademiknya, dapat menindaklanjutinya dengan memberikan semangat atau nasihat yang dapat mendukung mahasiswa dalam meningkatkan *self regulation* akademik.
- Memberikan informasi tentang tingkat kemampuan *self-regulation* akademik bagi mahasiswa Psikologi angkatan 2002 Universitas “X” Bandung sehingga dapat lebih mengenal regulasi dirinya dalam bidang akademik.
- Memberikan informasi bagi dosen wali mahasiswa Psikologi angkatan 2002 yang bersangkutan serta pihak fakultas agar setelah mengetahui tingkat kemampuan *self regulation* akademik mahasiswa dapat menindaklanjutinya dengan memberikan konsultasi dan pelatihan untuk peningkatan *self regulation* akademik.

1.5. Kerangka Pemikiran

Mahasiswa Psikologi angkatan 2002 Universitas “X” Bandung memasuki suatu tahapan perkembangan remaja akhir. Tentunya memberikan konsekuensi tersendiri, yakni tugas-tugas perkembangan yang berbeda dengan masa sebelumnya sejalan dengan perubahan tugas dan tuntutan masyarakat terhadap mereka. Bersama-sama dengan orang-orang yang berada pada tahap perkembangan yang sama, mahasiswa Psikologi angkatan 2002 harus menghadapi berbagai perubahan peran, tanggung jawab serta pola kehidupan yang berpengaruh pada diri mereka secara fisik maupun psikologis.

Mahasiswa Psikologi angkatan 2002 dituntut untuk mampu mengontrol diri mereka dalam berbagai lingkungan baik lingkungan rumah, maupun lingkungan kampusnya. Dengan menyadari tuntutan lingkungan terhadap dirinya, mereka diharapkan dapat menunjukkan pengendalian diri yang lebih baik dalam berperilaku, khususnya dalam bidang akademik. Dalam lingkungan kampus, mereka dituntut untuk meningkatkan kemampuan kognitifnya sehubungan dengan masalah prestasi belajar dan kompleksitas tuntutan akademik (**Santrock, 1995**). Selain itu, masih menurut **Santrock (1995)**, masa remaja akhir secara umum ditandai dengan mulai memiliki orientasi terhadap pekerjaan dan perkembangan karir yang mengacu kepada kemandirian ekonomi. Jadi bagi mahasiswa Psikologi angkatan 2002 Universitas “X”, proses belajar selain menjadi salah satu bagian kegiatan utama mereka, juga merupakan pemenuhan salah satu tugas perkembangan sebagai individu yang memasuki masa remaja akhir.

Dalam proses belajar di perguruan tinggi yang semakin kompleks dengan berbagai tuntutan kuliah mengharuskan mahasiswa untuk mengatur perencanaan,

melaksanakan, dan mengevaluasi perencanaan yang sudah dibuatnya. Dengan demikian, akan membantu dalam mengontrol diri mereka sendiri, seperti untuk pencapaian prestasi belajar yang optimal. Hal ini didukung oleh semakin matangnya aspek intelektual dan semakin mampunya mereka untuk merencanakan strategi-strategi yang lebih efektif dalam meregulasi pikiran dan perilaku mereka. **(David R. Shaffer, dalam Boekaerts,2000)**. Selain itu juga, menurut **Zimmerman (dalam Boekaerts,2000)** dibutuhkan juga kemampuan dalam mengatur kegiatan belajar yang akan menunjang seseorang untuk mencapai prestasi yang optimal yang dikenal dengan *self regulation* akademik. Kapasitas kognitif *formal operation* mahasiswa yang mampu berpikir secara abstrak diharapkan dapat mendukung kemampuan *self-regulation* mereka, sehingga mereka dapat mencapai tujuan atau target nilai sesuai harapan mereka. Kapasitas kognitif mereka dapat mendukung proses interaksi antara lingkungan keluarga dan kampus, dan memunculkan tingkah laku dalam belajar. Interaksi antara lingkungan eksternal, perilaku individu dan kognitif mahasiswa tersebut digambarkan sebagai sebuah siklus karena umpan balik yang diperolehnya dari lingkungan terhadap pelaksanaan perencanaan yang telah dicapai dapat digunakan untuk membuat penyesuaian kembali strategi efektif apa yang akan diambil untuk mencapai tujuan yang baru.**(Zimmerman, 2000, dalam Boekarts)**.

Self regulation akademik digambarkan sebagai suatu interaksi antara individu itu sendiri, perilaku, dan lingkungan yang saling berhubungan satu sama lainnya sebagai satu siklus **(Zimmerman, dalam Boekaerts, 2000)**. Berbagai tuntutan peran bagi mahasiswa Psikologi angkatan 2002 dari lingkungan rumah maupun lingkungan kampus akan memberikan tekanan tertentu yang dirasakan

oleh mahasiswa Psikologi angkatan 2002. Diperlukan lingkungan yang mendukung mahasiswa Psikologi angkatan 2002 dalam memberikan dorongan maupun contoh untuk ditiru sehingga mahasiswa Psikologi angkatan 2002 pun dapat menjalankan berbagai perannya dengan baik, khususnya dalam hal akademik. Sebagai individu, di dalam diri mahasiswa Psikologi angkatan 2002 terjadi proses *self regulation* yang meliputi tiga fase, dimana mahasiswa Psikologi angkatan 2002 akan mengamati dan mengarahkan perilakunya dalam kegiatan akademik yang muncul dalam kegiatan belajar dan prestasi yang dicapainya. Saat mahasiswa Psikologi angkatan 2002 melakukan kegiatan belajar, mahasiswa Psikologi angkatan 2002 akan mengamati dan menyesuaikan dengan kondisi lingkungan juga hasil belajarnya (*environment self regulation*). Dari lingkungan, seperti orang tua, dosen wali, dan teman kuliah mahasiswa Psikologi angkatan 2002 mendapat *feedback* untuk membantunya dalam mengevaluasi hasil belajar yang selanjutnya akan membantu dalam merencanakan kembali kegiatan belajarnya.

Menurut **Zimmerman** (dalam **Boekaerts, 2000**), seorang individu dikatakan mampu meregulasi dirinya jika mampu melakukan perencanaan secara berulang-ulang sebagai adaptasi untuk mencapai tujuan yang ingin dicapainya yang didasarkan oleh keyakinan dan motivasi yang timbul dari dalam dirinya untuk melaksanakan, serta mengevaluasi perencanaan yang sudah dibuatnya. Demikian pula halnya dengan mahasiswa Psikologi angkatan 2002 itu. *Self regulation* akademik merupakan pemikiran (*thought*), perasaan (*feeling*) dan tindakan (*action*) yang terencana dan secara berulang-ulang melakukan adaptasi dalam kegiatan belajar. Kemampuan *self regulation* akademik ini terdiri dari tiga

fase yang bersiklus, yaitu fase *forethought*, fase *performance/volitional control*, dan fase *self reflection* (D.H.Schunk dan B.J. Zimmerman, dalam Boekaerts, 2000).

Fase *forethought* (perencanaan kegiatan belajar) adalah fase yang pertama dalam siklus *self regulation* akademik. Sebagai seorang mahasiswa Psikologi angkatan 2002, kondisi kognitif yang sudah berkembang dengan matang memungkinkan mahasiswa Psikologi angkatan 2002 untuk membuat perencanaan terhadap apa yang dilakukannya. Fase *forethought* terbagi atas dua bagian. Pertama, *task analysis* yaitu kemampuan menganalisis tugas yang meliputi penetapan tujuan belajar (*goal setting*) dan kemampuan merencanakan strategi belajar yang tepat (*strategic planning*). *Goal setting* mengacu pada upaya mahasiswa Psikologi angkatan 2002 dalam menetapkan tujuan belajar dan target nilai ujian atau nilai IPK. Setelah itu, mereka akan melakukan *strategic planning* dengan menyusun dan memilih strategi belajar agar mereka dapat mencapai tujuan dan target nilainya. Bila mahasiswa Psikologi angkatan 2002 mampu melakukan *task analysis*, maka mereka dapat menetapkan target IPK yang ingin dicapainya serta membuat strategi belajar untuk mencapai target tersebut.

Kedua, *self-motivation beliefs* menunjukkan motivasi mahasiswa Psikologi angkatan 2002 dalam kegiatan belajar, yang terdiri atas keyakinan mahasiswa Psikologi angkatan 2002 terhadap kemampuan yang dimilikinya (*self-efficacy*), harapan bahwa perilaku belajarnya tersebut akan bermanfaat bagi dirinya (*outcome expectations*). Minat atau rasa tertarik dalam melakukan kegiatan belajar yang timbul dari dalam diri (*intrinsic interest/value*), dan kemampuan mahasiswa Psikologi angkatan 2002 untuk mempertahankan motivasi belajar dan

meningkatkan nilai (*goal orientation*). *Self motivation beliefs* yang positif membantu mahasiswa Psikologi angkatan 2002 untuk melakukan *self regulation* akademik dengan menumbuhkan keyakinan terhadap kemampuan dirinya untuk mencapai target yang telah ditetapkannya (**Zimmerman, dalam Boekaerts,2000**).

Fase yang selanjutnya adalah fase *performance or volitional Control* (pelaksanaan kegiatan belajar). Fase ini terdiri atas *self-control* dan *self-observation*. *Self control* mengacu pada kemampuan mahasiswa Psikologi angkatan 2002 untuk mengontrol diri dalam kegiatan belajar yang meliputi kemampuan mahasiswa Psikologi angkatan 2002 mengarahkan dirinya mengenai tindakan-tindakan yang harus dilakukan dalam kegiatan belajar (*self-instruction*), kemampuan mahasiswa Psikologi angkatan 2002 membayangkan nilai yang telah ditetapkan dapat dicapai atau tidak (*imagery*), kemampuan mahasiswa Psikologi angkatan 2002 untuk memusatkan perhatiannya pada kegiatan belajar (*attention focusing*), dan kemampuan mahasiswa Psikologi angkatan 2002 untuk mengorganisasikan kegiatan belajar dengan menyusun langkah-langkah dan melaksanakannya (*task strategies*).

Self-observation mengacu pada kemampuan mahasiswa Psikologi angkatan 2002 mengamati kegiatan belajar yang telah dilakukannya. Terdiri dari kemampuan mahasiswa Psikologi angkatan 2002 mengingat *feedback* dari orang lain atau hal-hal yang dapat mendukung dan menghambat kegiatan belajar (*self-recording*), kemampuan mencoba menampilkan hasil belajar yang baru meskipun tanpa disertai informasi yang cukup dari *self-recording* mengenai hasil belajarnya yang dulu (*self experimentation*) (**Zimmerman, dalam Boekaerts,2000**).

Setelah mahasiswa Psikologi angkatan 2002 melakukan *performance or volitional control*, mereka akan menampilkan perilaku seperti yang telah direncanakan dalam proses *forethought*. Selanjutnya, mahasiswa Psikologi angkatan 2002 itu sendiri dan lingkungan akan memberikan penilaian terhadap hasil belajar yang diperoleh dan kemudian memberikan umpan balik terhadap hasil belajar tersebut. Umpan balik tersebut dapat berupa pujian ataupun kritikan tentang hasil belajar yang diperoleh mahasiswa Psikologi angkatan 2002. Umpan balik inilah yang kemudian diolah oleh mahasiswa Psikologi angkatan 2002 dalam tahap *self-reflection*.

Dalam *self-reflection* terdapat dua tahap, yaitu *self-judgment* dan *self-reaction*. *Self-judgment* mengacu pada kemampuan mahasiswa Psikologi angkatan 2002 dalam membandingkan nilai yang diperolehnya berdasarkan target nilai yang ditetapkannya (*self-evaluation*), dan kemampuan mahasiswa Psikologi angkatan 2002 menilai hasil belajar yang telah diperolehnya disebabkan karena adanya keterbatasan kemampuan dan usaha yang telah dilakukan atau pengaruh eksternal (*causal attribution*).

Selanjutnya adalah *self-reaction* yaitu reaksi mahasiswa Psikologi angkatan 2002 terhadap hasil belajar yang diperolehnya, meliputi kemampuan mahasiswa mengekspresikan kepuasan/ketidakpuasan terhadap hasil belajar (*self-satisfaction*), dan kemampuan menyimpulkan kegiatan belajar selanjutnya yang akan dilakukan sebagai *adaptive/defensive (adaptive-defensive inferences)*. Mahasiswa Psikologi angkatan 2002 yang *adaptive inferences* inilah yang nantinya memungkinkan mahasiswa Psikologi angkatan 2002 untuk mencapai nilai yang lebih baik lagi dari yang sebelumnya, dengan menentukan target

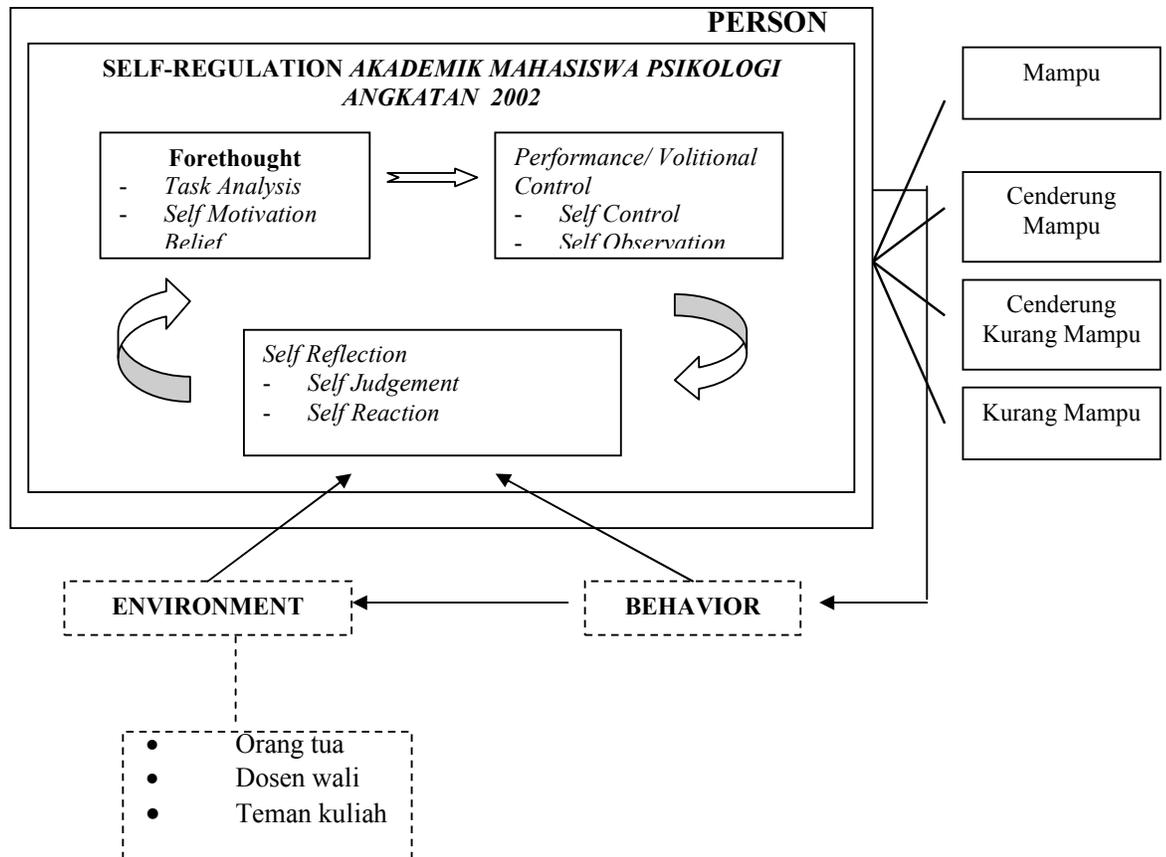
nilai yang baru atau yang lebih baik. Sedangkan *defensive inferences* menghambat mahasiswa Psikologi angkatan 2002 dalam usahanya melakukan perubahan yang lebih baik dimana mahasiswa mungkin akan memunculkan perilaku penundaan atau menghindari mengerjakan tugas (**Zimmerman, dalam Boekaerts, 2000**).

Ketiga fase tersebut dilakukan secara berulang-ulang membentuk suatu siklus di dalam diri mahasiswa Psikologi angkatan 2002, hanya saja ada yang sudah mampu, cenderung mampu, cenderung kurang mampu, dan kurang mampu melakukannya. Perbedaan kemampuan *self regulation* akademik tersebut disebabkan adanya faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan *self regulation* akademik yaitu faktor dalam diri mahasiswa Psikologi angkatan 2002 dan faktor lingkungan yang meliputi orang tua, dosen wali, dan teman kuliah (**Steinberg, 1993**).

Faktor yang berasal dari dalam diri seperti inteligensi, minat, motivasi diperlukan karena untuk mendapatkan teknik-teknik *self regulation* akademik yang efektif membutuhkan pemikiran, konsentrasi, serta usaha dalam proses belajar. Sedangkan faktor lingkungan juga mempengaruhi perkembangan *self regulation* akademiknya, seperti yang pertama adalah faktor orang tua, yaitu mahasiswa Psikologi angkatan 2002 dapat melihat model atau contoh dari hasil prestasi belajar orang tuanya. Individu yang berprestasi seringkali berasal dari keluarga yang orang tuanya sukses atau memiliki standar-standar *performance* dan evaluasi diri yang tinggi (**Boekaerts, 2000**). Faktor yang kedua adalah dosen wali, yang mendapatkan dukungan atau masukan dari dosen wali dalam kegiatan belajarnya akan memberi pengaruh yang kuat bagi mereka (**Goodenow, dalam Santrock, 2002**). Sedangkan faktor ketiga yang berasal dari luar diri adalah teman

kuliah. Mahasiswa Psikologi angkatan 2002 meluangkan banyak waktunya dalam berelasi dengan teman kuliahnya. Mahasiswa yang bergaul dengan teman yang kurang memiliki minat untuk belajar akan membuat mahasiswa tersebut kurang mampu melakukan *self regulation* akademiknya. (**Zimmerman dkk**, dalam **Boekaerts, 2000**).

Kedua faktor tersebut akan memberi pengaruh dalam perkembangan *self regulation* akademik dan dihayati oleh mahasiswa Psikologi angkatan 2002 secara berbeda yang akan menghasilkan kemampuan *self regulation* akademik yang berbeda-beda. Kemampuan mahasiswa dalam *self regulation* akademik dapat dikategorikan dalam empat kategori yaitu mampu jika mahasiswa Psikologi angkatan 2002 mampu melakukan ketiga fase yang ada dalam *self regulation* akademik, meliputi fase *forethought*, *performance/volitional control*, dan *self reflection*. Cenderung mampu jika mahasiswa Psikologi angkatan 2002 hanya mampu melakukan dua fase yang ada dalam *self regulation* akademik yaitu fase *forethought*, *performance/volitional control*. Cenderung kurang mampu jika mahasiswa Psikologi angkatan 2002 hanya mampu melakukan satu fase yang ada dalam *self regulation* akademik, yaitu fase *forethought*. Dikatakan kurang mampu jika kurang mampu melakukan ketiga fase yang ada dalam *self regulation* akademik.



Gambar 1.1. Skema Kerangka Pemikiran

1.6. Asumsi

- Mahasiswa Psikologi angkatan 2002 Universitas “X” Bandung berada pada tahap perkembangan remaja akhir.
- Mahasiswa Psikologi angkatan 2002 Universitas “X” Bandung memiliki kemampuan *self regulation* akademik meliputi fase *forethought*, *performance/volitional control* dan *self reflection* yang berbeda-beda.
- Kemampuan *self regulation* akademik mahasiswa Psikologi angkatan 2002 Universitas “X” Bandung dipengaruhi oleh faktor-faktor dalam diri dan faktor lingkungan.
- Interaksi antara faktor dalam diri dan faktor lingkungan akan memunculkan *self regulation* akademik mahasiswa Psikologi angkatan 2002 Universitas “X” Bandung yang berbeda-beda.
- Lingkungan yang terstruktur diperlukan untuk meningkatkan kemampuan *self regulation* akademik mahasiswa Psikologi angkatan 2002 Universitas “X” Bandung.
- Mahasiswa Psikologi angkatan 2002 Universitas “X” Bandung memerlukan perubahan dalam fase *forethought* yaitu perencanaan yang matang, dalam fase *performance/volitional control* yaitu melaksanakan perencanaannya dengan baik, dan dalam fase *self reflection* yaitu menggunakan umpan balik dari lingkungan mengenai perencanaannya.