

ABSTRAK

Penelitian ini merancang suatu modul pelatihan dalam upaya membantu meningkatkan Academic Performance pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Kristen Maranatha Bandung. Sesuai dengan maksud dan tujuan penelitian ini maka penelitian ini menggunakan metoda needs assessment (analisa kebutuhan) dengan melibatkan mahasiswa dan pihak universitas (konselor MSDC UKM) agar didapatkan rancangan modul yang sesuai dengan kondisi mahasiswa yang tergal. Pelatihan diadakan dalam dua hari, dimana hari pertama berisi materi-materi inti dari self regulation dalam waktu yang diberikan melalui metoda experiential learning (lecture, games, diskusi, sharing dengan sesama anggota training dan pemberian tugas kepada masing-masing peserta untuk membuat action plan). Kegiatan hari kedua merupakan kegiatan evaluasi terhadap action plan yang dibuat peserta, sekaligus pembahasan hasil pelaksanaan action plan yang dilakukan oleh masing-masing peserta. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Kristen Maranatha yang berstatus aktif dalam perkuliahan, belum menikah, memiliki taraf kecerdasan (IQ) rata-rata, memiliki minat pada ilmu Psikologi, namun memiliki IPK yang kurang dari 2,00.

Modul pelatihan Self Regulation dalam waktu disusun oleh penulis berdasarkan teori Self Regulation yang dikemukakan oleh Zimmerman (Boekaerts, 2000). Pelatihan ini bertujuan memunculkan kesadaran dan membangun insight peserta akan kekurangan dan potensi dirinya berkenaan dengan manajemen waktu, mengubah paradigma berpikir peserta tentang orientasi belajarnya, memunculkan penghayatan peserta tentang lingkungan yang dapat menghambat efektifitas proses belajar serta membangun kualitas diri yang lebih baik.

Beranjak dari pengolahan data dan pembahasan penelitian, dapat disimpulkan bahwa keseluruhan metoda dan modul pelatihan yang dilakukan sudah cukup efektif dalam membantu para mahasiswa dalam membentuk insight dan upaya untuk mengubah pola pengaturan waktu aktifitasnya agar lebih terfokus pada studi. Modul pelatihan Self Regulation yang dirancang ini secara umum dinilai positif oleh peserta, baik materi, trainer, dan jadwal pelatihan.

ABSTRACT

This research steak out a training module in order to developed student Academic Performance faculty of Psychology Maranatha Christian University. This research refers on needs assessment method with involvement of real student and University (MSDC UKM counselors) for the appropriate module plan in regards for the purpose and intention of this research. The training was held in two days programs, with first day training of core contents on self regulation using experimental learning methods (lecture, games, discussion, and sharing between participants with task on action plan for each participant). On Second day training, action plan that had been made by each participant being evaluated refer to their execution of their action plan. Sample of this research are Faculty of Psychology Maranatha Christian University active student, with no marital status, average Intellectuals Quality, interest in Psychology major, with grade point average scores bellow 2.00.

Authors of this research bench marking on Self regulation theory by Zimmerman (Boekaerts, 2000), to constructs the Self Regulation training modules. Objectives of this training are to improve student awareness, ability of developing student insight on their self potential with time management, changing paradigm of thinking on study orientation, and individual ability of self-management of social environment to meet their needs.

Therefore, from data tabulation and research, conclusion of this method and training module, are affective to improve student for their ultimate goal of study strategies, in order to develop their insight, improvement of their time management skills, and to use them in self regulated way.

In general this Self Regulation module research considered positive and effectives by participants on the contents, trainer, and training schedule.

DAFTAR ISI

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	9
1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian.....	9
1.3.1 Maksud	9
1.3.2 Tujuan	10
1.4 Kegunaan Penelitian.....	10
1.5 Asumsi.....	11
1.6 Lokasi Penelitian.....	11

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kerangka Pemikiran.....	12
2.2 Regulasi Diri.....	25
2.2.1 Pengertian Regulasi Diri.....	25
2.2.2 Struktur Sistem Regulasi Diri.....	26
2.2.3 Regulasi Diri dan Pembelajaran Akademik.....	36
2.3 <i>Time Management</i>	38
2.3.1 Kelebihan Sistem Manajemen Waktu.....	39
2.4 Masa Remaja (<i>Adolescence</i>).....	39
2.4.1 Pengertian Remaja.....	39
2.4.2 Tugas-tugas Perkembangan Remaja.....	41
2.4.3 Aspek Perkembangan Remaja.....	42
2.5 <i>Experiential Learning</i>	45
2.5.1 Karakteristik dari <i>Experiential Learning</i>	46
2.5.2 Metoda dalam <i>Experiential Learning</i>	46
2.5.3 Fase dari <i>Experiential Learning</i>	50

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Rancangan Penelitian.....	53
3.2 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	54
3.3 Alar Ukur.....	57
3.3.1 Kuesioner Regulasi Diri.....	57
3.3.1.1 Sistem Penilaian.....	59
3.3.1.2 Validitas Alat Ukur Regulasi Diri.....	61
3.3.1.3 Reliabilitas Alat Ukur Regulasi Diri.....	61
3.3.2 Data Pribadi.....	61
3.4 Langkah-langkah dalam Penyusunan Modul Pelatihan.....	62
3.5 Populasi Sasaran dan Tehnik Sampling.....	64
3.5.1 Karakteristik Sampel.....	65
3.6 Tehnik Analisis Data.....	65
3.7 Rancangan Modul Pelatihan.....	65

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Deskripsi Hasil Rancangan Materi Pelatihan.....	70
4.2 Gambaran Hasil Try Out Metoda dan Modul Pelatihan.....	76
4.3 Pembahasan Hasil Try Out Metoda dan Modul Pelatihan.....	81

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan.....	88
5.2 Saran.....	90

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Bagan 2.1 Bagan Kerangka Pemikiran.....	24
Bagan 3.1 Bagan <i>Needs Assessment</i>	54
Tabel 3.2 Aspek-aspek Regulasi Diri.....	58
Tabel 3.3 Sistem Penilaian pada Alat Ukur Regulasi Diri.....	60
Tabel 3.4 Modul Training Regulasi Diri Hari Pertama.....	66
Tabel 3.5 Modul Training Regulasi Diri Hari Kedua.....	69
Tabel 4.1 Modul Training Regulasi Diri Hari Pertama.....	76
Tabel 4.2 Modul Training Regulasi Diri Hari Kedua.....	80
Tabel 4.3 Tabel Kondisi Peserta Sebelum Training.....	81
Tabel 4.4 Tabel Kondisi Peserta Sesudah Training.....	83
Tabel 4.3 Tabel Kondisi Peserta Melakukan <i>Action Plan</i>	86