

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Pada penelitian-penelitian psikologi yang terdahulu ditemukan bahwa inteligensi adalah faktor utama yang menentukan *academic performance*. Para peneliti tidak berhenti pada fakta tersebut. Mereka terus mengembangkan berbagai penelitian mengenai belajar dan motivasi, dan ternyata para peneliti menemukan bahwa seorang mahasiswa dapat mempelajari cara untuk menjadi mahasiswa yang sukses dengan menggunakan strategi yang tepat untuk mengatur motivasi, perilaku dan cara belajar mereka.

Carrol (Schunk & Zimmerman, 1994), menegaskan konsep waktu pada sebuah model cara belajar mahasiswa. Dalam teorinya, tiga elemen belajar yang disebutkannya berhubungan dengan penggunaan waktu, yaitu *aptitude*, kesempatan untuk belajar dan ketekunan (**Carrol, 1963; dalam Schunk & Zimmerman, 1994**). *Aptitude* didefinisikan sebagai sejumlah waktu yang dibutuhkan untuk belajar dan mengerjakan tugas, ketekunan berkenaan pada sejumlah waktu yang tersedia dimana mahasiswa tersebut bersedia untuk menggunakan waktunya belajar, dan kesempatan untuk belajar didefinisikan sebagai berapa banyak waktu yang tersedia. Konsep waktu yang diajukan **Carrol** memberikan pemahaman mengenai pentingnya penggunaan waktu mahasiswa selama menjalani perkuliahan.

Menurut **Gall, Longman dan Atkinson ; Walter dan Siebert** (dikutip oleh **Macan, dkk, 1990**) penyebab kurang optimalnya *academic performance* (IP atau IPK) pada mahasiswa adalah ketidakmampuan dalam mengatur waktu yang mereka miliki. Mahasiswa yang memiliki kemampuan yang baik dalam mengelola waktu cenderung akan mencapai IPK yang tinggi dibandingkan mahasiswa yang memiliki kemampuan yang buruk dalam mengelola waktu. Hal serupa juga dikemukakan oleh **Macan, Shahani, Dipboye dan Philips (1990)**, melalui penelitian pada mahasiswa Universitas Missouri membuktikan bahwa ada korelasi positif antara kemampuan diri dalam mengelola waktu dengan prestasi belajar.

Berdasarkan survei yang dilakukan MSDC UKM terhadap 77 mahasiswa yang melakukan konsultasi selama periode semester ganjil tahun akademik 2004-2005, yang terdiri dari mahasiswa angkatan 1998 hingga angkatan 2003, didapatkan hasil yaitu masalah studi berkenaan dengan gaya belajar yang tidak efektif 35%, masalah motivasi 18%, masalah waktu belajar berkenaan dengan ketidakmampuan membagi waktu 9%, masalah keluarga 8%, masalah kegiatan belajar mengajar 1%, masalah diri (kepercayaan diri, tegang), masalah minat 8% dan masalah sosial 1%. Menurut wawancara yang dilakukan peneliti terhadap konselor MSDC UKM, bahwa mahasiswa-mahasiswa dari setiap fakultas yang dikirim untuk melakukan konseling mempunyai masalah yaitu nilai indeks prestasi kumulatif (IPK) yang kurang memuaskan (dibawah 2.00). Bila dilihat dari data yang ada dan dikaitkan dengan faktor penunjang dalam mencapai prestasi, dapat diuraikan bahwa penerapan ujian saringan masuk Universitas Kristen Maranatha melalui tes potensi akademik dan tes psikologi dapat dijadikan tolak

ukur bagi gambaran potensi kecerdasan calon mahasiswa. Bagi mereka yang berhasil lolos dalam ujian saringan masuk tersebut memiliki potensi kecerdasan yang berada pada kisaran rata-rata keatas sehingga mereka diharapkan mampu mengikuti kegiatan kuliah serta menyelesaikan studi dan mampu memecahkan permasalahan yang ditemui selama proses kuliah dengan hasil yang cukup memuaskan. Namun dalam kenyataannya tidak semua mahasiswa berhasil memperoleh *academic performance* yang dapat dikatakan memuaskan.

Dari hasil wawancara dengan konselor MSDC, para mahasiswa yang memiliki prestasi dibawah rata-rata yang diharapkan, diperoleh keterangan terdapat beberapa hal yang menghambat mereka dalam memperoleh *academic performance* yang memuaskan, antara lain malas mengikuti praktikum yang membutuhkan *effort* yang tinggi, harus mencari subjek penelitian, membuat laporan dan tugas-tugas kuliah yang diberikan hampir disetiap mata kuliah. Tidak memahami cara belajar yang sesuai dengan kondisi belajar di fakultasnya masing-masing. Beberapa diantaranya memberikan keterangan ketidakcocokan minat mereka dengan fakultas yang mereka pilih, mengikuti keinginan orang tua dan hanya sekedar mengisi waktu setelah lulus SMA, hal ini membuat tujuan kuliah mereka menjadi tidak jelas. Untuk masalah yang berhubungan dengan pengelolaan waktu, konselor mengatakan bahwa adanya ketidakmampuan mahasiswa tersebut membagi waktu dalam melakukan berbagai kegiatan yang dilakukannya, baik kegiatan di kampus maupun kegiatan di luar kampus, mereka merasa lebih senang melakukan kegiatan organisasi kemahasiswaan sehingga lupa membagi waktu dengan kuliah. Ketidakmampuan mengelola waktu tersebut bersumber pada

ketidakmampuan mahasiswa tersebut melihat manakah prioritas atau yang tidak prioritas, ketidakmampuan melihat manakah yang penting atau yang tidak penting. Mahasiswa seringkali melakukan hal-hal yang penting menurut dirinya namun hal tersebut bukanlah hal yang merupakan tujuan belajarnya dikampus, contohnya mahasiswa mendahulukan latihan band untuk persiapan pentas besok malam dibandingkan belajar untuk menghadapi kuis dua hari lagi. Hal-hal yang didahulukan seringkali bukanlah prioritas-prioritas yang berhubungan dengan akademik. Konselor juga menambahkan bahwa sebagian besar mahasiswa tersebut memiliki inteligensi yang menunjang, memiliki niat belajar dan memiliki keluarga yang mendukung upaya belajarnya. Namun sejauh ini, mahasiswa-mahasiswa tersebut tidak bisa mengatur waktu yang dimilikinya karena mereka belum bisa menentukan prioritas-prioritas yang bertujuan akademik. Peneliti perkembangan **Mihaly Csikszentmihalyi** dan **Reed Larson (Santrock, 2003)** meneliti berapa banyak waktu yang remaja habiskan disituasi yang berbeda, apa yang mereka lakukan di waktu-waktu tersebut dan dengan siapa mereka menghabiskan waktu mereka. Sejauh ini, yang menduduki jumlah terkecil adalah kegiatan produktif (belajar dan tugas sekolah). Berdasarkan hasil survei MSDC di atas hal yang sama juga terjadi di Universitas Kristen Maranatha, yaitu mahasiswa-mahasiswa melakukan berbagai kegiatan, baik di dalam kampus maupun di luar kampus. Banyak mahasiswa yang berkuliah akan tetapi memiliki prioritas-prioritas yang tidak berhubungan dengan akademik, dimana seharusnya mereka memfokuskan tujuannya kuliah adalah untuk belajar. Tampaknya mahasiswa UKM tidak menganggap bahwa belajar merupakan prioritas utamanya selama perkuliahan,

untuk itulah perlunya penyadaran bagi mahasiswa UKM untuk menyadari bahwa walaupun setiap individu memiliki prioritas yang berbeda kepentingannya tetapi untuk tetap melakukan kegiatan belajar.

Upaya-upaya yang dilakukan mahasiswa untuk mencapai tujuan akademiknya tidak hanya dengan menggunakan ketrampilan dan pengetahuan yang memadai. Mahasiswa diharapkan dapat mempersiapkan dirinya dengan menanamkan tata nilai dan kerja keras untuk mencapai sukses dan juga membentuk beberapa sikap, antara lain diharapkan lebih mampu belajar mengatur dirinya agar dapat mencapai setiap tujuan (*goal*) yang direncanakannya. Kemampuan mahasiswa untuk mengelola *academic study time* melibatkan kemampuan meregulasi diri dalam bidang akademik (Schunk & Zimmerman, 1994). Kemampuan mahasiswa untuk mengarahkan pikiran, perasaan dan tindakan yang diterapkan secara berulang-ulang untuk mencapai tujuan akademik yang didasari atas keyakinan dan motivasi dari dalam diri disebut kemampuan meregulasi diri dalam bidang akademik (Zimmerman, dalam Boekaerts, 2000). *Time regulation* diikuti tiga komponen, sebagai berikut *goal setting*, *planning* dan *self-monitoring*. Proses dari ketiga komponen ini memainkan peran utama dalam regulasi diri menurut pandangan para ahli *social cognitive* (Bandura,1989; Schunk,1989;Zimmerman,1989;dalam Schunk & Zimmerman,1994)

Peneliti melakukan wawancara terhadap 25 orang mahasiswa, yaitu sebanyak 18 orang yang memiliki masalah pengelolaan waktu (dengan IPK antara 1,99–1,30) dan melakukan konsultasi, sisanya sebanyak tujuh (7) orang adalah mahasiswa yang tidak memiliki masalah akademik (dengan IPK antara 2,00-3,00)

dan tidak melakukan konseling. Berdasarkan hasil wawancara diketahui bahwa 12 mahasiswa masih tinggal bersama orang tuanya dan sisanya enam (6) mahasiswa menyewa tempat kost. Meskipun kost, mereka mengatakan orang tua selalu memperhatikan kebutuhan kuliah ataupun kebutuhan hidup sehari-hari dan berusaha untuk selalu mencukupi kebutuhan tersebut, sehingga mereka tidak akan kesulitan untuk membeli buku-buku literatur ataupun mem-*fotocopy* catatan kuliah. Namun begitu, mahasiswa-mahasiswa ini merasa prestasi belajarnya kurang optimal. Dari hasil wawancara diketahui bahwa mereka memiliki kesulitan meregulasi diri dalam waktu untuk kepentingan belajar. Sepuluh (10) orang mahasiswa membiarkan waktu berjalan dengan apa adanya dan tidak menentukan prioritas yang harus dilakukan saat ini untuk kepentingan belajar. Mereka tidak mengatur jadwal belajar dan hanya belajar bila menghadapi ujian saja. Mereka merasa tidak perlu terburu-buru (santai) dalam mengerjakan tugas-tugas perkuliahan.

Delapan (8) mahasiswa lainnya mengatakan bahwa mereka menggunakan lebih banyak waktunya untuk bersosialisasi daripada belajar, karena merasa memiliki banyak waktu luang dibandingkan saat duduk dibangku SMU. Mereka merasa bebas untuk kuliah atau tidak kuliah, untuk belajar atau tidak belajar. Tujuh (7) mahasiswa yang tidak memiliki masalah akademik mengatakan bahwa mereka menyisihkan waktunya untuk membaca catatan-catatan kuliah setiap harinya walaupun hanya beberapa jam saja. Selain itu, mereka menyalin kembali catatan kuliah sambil menghafal. Mereka mengatakan bahwa walaupun mereka

memiliki banyak waktu luang untuk bermain, tetapi mereka juga merasa berkewajiban untuk menyisihkan waktunya untuk belajar setiap harinya.

Hasil wawancara di atas mengungkapkan bahwa dari ke-25 mahasiswa dari berbagai fakultas angkatan 1998-2003 Universitas Kristen Maranatha Bandung, 18 mahasiswa memiliki kesulitan dalam mengatur jadwal kegiatan yang mereka miliki, yaitu mereka tidak menetapkan prioritas dari apa yang akan mereka kerjakan untuk kepentingan belajar. Sedangkan pada tujuh (7) mahasiswa lainnya memiliki kesadaran untuk menyisihkan waktu luang mereka untuk belajar setiap harinya. Mereka membaca catatan kuliah, menyalin kembali catatan tersebut dengan rapi dan menghafal catatan-catatan kuliah tersebut. Dari uraian ini dapat dilihat bahwa mahasiswa-mahasiswa ini memiliki kemampuan regulasi diri dalam waktu yang kurang efektif, yaitu ketidakmampuan menentukan apakah hal-hal yang menjadi prioritas atau penting bagi mereka berhubungan dengan kegiatan akademik, ketidakmampuan melihat apakah hal-hal prioritas atau penting akan mengganggu kegiatan belajar mereka ataukah tidak. Dalam menjalani berbagai kegiatan tentunya dibutuhkan untuk menentukan prioritas dari hal-hal apa atau kegiatan apa yang didahulukan, dikarenakan jika mahasiswa tidak menentukan prioritas dan melakukan semua hal yang dianggapnya penting maka ia akan sulit mencapai target. Contohnya, seorang mahasiswa belum menentukan prioritas pada minggu ini, sehingga ketika dihadapkan pada pilihan berlatih band atau mengerjakan tugas, maka ia akan memilih berlatih band dengan pemikiran ia akan mencontek tugas temannya. Dengan demikian, mahasiswa diharapkan lebih mampu mengatur dirinya dan mulai merencanakan hidupnya secermat mungkin

agar dapat mencapai setiap tujuan/*goal* yang direncanakannya. Kemampuan meregulasi diri dalam waktu berkenaan dengan *goals*, *planning* dan *self-control*. Proses dari ketiga komponen ini memainkan peran utama dalam regulasi diri menurut pandangan para ahli *social cognitive* (**Bandura,1989; Schunk,1989 ; Zimmerman,1989 ; dalam Schunk & Zimmerman,1994**). *Goals* dapat membantu mahasiswa untuk mengarahkan perhatian mereka pada tugas-tugas yang diberikan, dan mendorong upaya dan ketekunan mereka dalam belajar. Semakin tinggi *goal-goal* yang mereka tentukan bagi dirinya dan semakin tinggi pula komitmen mereka untuk mencapai *goal-goal* tersebut. Pada proses pencapaian *goals* tersebut, mahasiswa akan menyusun perencanaan dalam kegiatan belajarnya seperti membuat jadwal, serta mengendalikan diri untuk bertahan menjalankan perencanaan yang dibuatnya.

Salah satu upaya dalam membantu masalah belajar dan prestasi mahasiswa yang memiliki prestasi di bawah standar rata-rata, peneliti merancang modul pelatihan yang diharapkan dapat membantu masalah belajar dan prestasi mahasiswa. Perancangan modul pelatihan ini ditujukan bagi mahasiswa dengan prestasi di bawah rata-rata dan bertujuan membantu mereka untuk dapat memahami dan mengenali proses regulasi diri di dalam dirinya, dapat memahami bagaimana hubungannya dengan tindakan dan tingkah laku, serta mampu bertindak dan menanggapi lingkungan sebagaimana layaknya seseorang yang memiliki dorongan kuat untuk berprestasi. Tujuan diadakan pelatihan ini secara umum adalah berdasarkan atas kebutuhan belajar yang didapatkan melalui *needs*

assessment, yaitu kuesioner dan wawancara dari beberapa mahasiswa *underachiever* dan konselor MSDC.

Beranjak dari permasalahan itulah, maka penulis tertarik untuk meneliti “Studi tentang Regulasi Diri dalam Waktu terhadap Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Kristen Maranatha sebagai upaya peningkatan *Academic Performance*, untuk kemudian merancang modul pelatihan Regulasi Diri dalam Mengelola Waktu yang sesuai bagi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Kristen Maranatha.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan survei yang dilakukan MSDC UKM terhadap 77 mahasiswa yang melakukan konsultasi selama periode semester ganjil tahun akademik 2004-2005, yang terdiri dari mahasiswa angkatan 1998 hingga angkatan 2003 dengan IPK dibawah 2.00, yaitu salah satu masalah utamanya pengelolaan waktu. Dalam upaya mengatasi permasalahan-permasalahan diatas maka untuk mengidentifikasi masalah mahasiswa dalam hal penentuan prioritas dalam waktu akan dilakukan *needs assessment*, dan merancang modul pelatihan yang sesuai dengan kondisi mahasiswa UKM yang tergal.

1.3 Maksud Dan Tujuan

1.3.1 Maksud

Penelitian ini bermaksud untuk mengetahui gambaran regulasi diri mahasiswa yang memiliki prestasi di bawah standar rata-rata di Universitas

Kristen Maranatha sehingga didapat pemahaman yang lebih mendalam mengenai hambatan yang mungkin dihadapi sebagai mahasiswa dalam meregulasi diri dalam waktu untuk mencapai prestasi studi yang diinginkan.

1.3.2 Tujuan

Merancang suatu modul pelatihan yang sesuai kondisi Universitas Kristen Maranatha untuk mengatasi masalah-masalah regulasi diri dalam waktu berdasarkan temuan dari survei MSDC UKM pada mahasiswa Universitas Kristen Maranatha sebagai upaya untuk mencapai prestasi studi yang diinginkan. Dalam modul pelatihan yang akan dibuat menggunakan metoda kuliah, *games*, dan simulasi yang diharapkan proses belajar dapat terjadi dan mampu memberikan *insight* dan selanjutnya mengubah pemahaman/kognitif peserta dan penghayatan dan keyakinan para peserta sehingga tergerak untuk menunjukkan tingkah laku yang melakukan regulasi diri dalam waktu.

1.4 Kegunaan Penelitian

Diharapkan bahwa pelatihan ini dapat memberikan bekal pemahaman kepada MSDC UKM mengenai kemampuan regulasi diri dalam waktu pada mahasiswa sesuai dengan kebutuhan yang tergal dari penelitian ini, terutama untuk mendapatkan *academic performance* yang memuaskan.

1.5 Asumsi

- Regulasi diri dalam waktu merupakan salah satu *coping* yang diperlukan mahasiswa baru dalam memasuki dunia perkuliahan dan tiap mahasiswa memiliki kemampuan manajemen waktu yang berbeda.
- Regulasi diri dalam waktu yang dibutuhkan mahasiswa sebagai salah satu strategi untuk meningkatkan *academic performance*, dimana pada seorang mahasiswa dituntut kemandiriannya dalam belajar.

1.6 Lokasi Penelitian

Adapun lokasi untuk pengambilan data adalah *Maranatha Student Development and Counseling Centre (MSDC)*.