

ABSTRAK

R. Sanusi Soesanto, Penelitian tentang Perbedaan *Self Regulation* Fase *Forethought* Sebelum dan Sesudah diberi Perlakuan Berupa Pelatihan *Self Regulation* Fase *Forethought* Mahasiswa Semester 2 Fakultas Psikologi Universitas Kristen Maranatha di Bandung. *Thesis untuk memenuhi ujian Pascasarjana Magister Psikologi Universitas Kristen Maranatha.*

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh gejala kurang mampunya mahasiswa untuk merencanakan studinya. Sebagian besar mahasiswa kurang memiliki keyakinan akan kemampuan dirinya untuk dapat melaksanakan apa yang telah direncanakan di awal perkuliahan. Mereka tidak mampu menunjukkan prioritas kegiatan dalam jadwal kesehariannya, kurang yakinnya terhadapantisipasi hasil yang akan dicapainya, minat terhadap mata kuliah tertentu cenderung menurun, Gejala yang tegambar adalah gejala *self regulation* individu, terutama pada tahap perencanaan (*forethought*). Berangkat dari gejala yang bersumber dari internal diri mahasiswa, yaitu dalam hal *self regulation* fase *forethought*, maka diperlukan upaya melalui pelatihan *self regulation* fase *forethought*. Penelitian ini melihat apakah terdapat perbedaan derajat *self regulation* fase *forethought* sebelum dan sesudah diberi perlakuan berupa pelatihan *self regulation* fase *forethought* mahasiswa semester 2 Fakultas Psikologi Universitas Kristen Maranatha di Bandung ? Penelitian ini diharapkan memiliki kegunaan teoretik untuk memperdalam pemahaman dan memperkaya pengetahuan Psikologi pendidikan, terutama tentang teori *self regulation* dalam proses belajar, penyusunan modul-modul pelatihan *self regulation* dan referensi bagi penelitian lain. Kegunaan praktisnya mencakup kegunaan bagi mahasiswa, agar dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan dalam hal merencanakan diri, memotivasi diri dan berperilaku aktif dalam proses belajar, serta berguna bagi Fakultas Psikologi untuk membantu memahami sisi internal yang menghambat proses belajar dan menjadikan pelatihan *self regulation* sebagai salah satu agenda pengembangan mahasiswa.

Teori yang digunakan adalah **Teori Self Regulation** dari Zimmerman, 1994, *Experiential Learning* (Kurt Lewin) dan *Pelatihan Efektif* dari Silberman (1990) *Teori Self Regulation* dikhususkan pada fase *forethought* yang terdiri dari *goal setting*, *strategic planning*, *self-efficacy*, *outcome expectations*, *intrinsic interest or value*, dan *goal orientation*

Rancangan penelitian yang digunakan adalah kuasi eksperimental, melihat pengaruh *treatment* (*independent variable*) , yaitu pelatihan *self regulation* fase *forethought* terhadap *dependent variable*, yaitu *self regulation* pada mahasiswa semester II Fakultas Psikologi Universitas "X". Metoda ini menggunakan teknik *one group design*, *pre and post test*. Rancangan modul pelatihan *self regulation* fase *forethought* ini terbagi menjadi 6 tahap modul, yang terdiri dari 1 modul pembuka dan 5 modul materi. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur *Self regulation* fase *forethought* berbentuk kuesioner. Pengukuran validitas alat ukur dilakukan dengan uji Rank spearman dengan hasil

uji validitas item pada kisaran 0,5151-0,750 dan uji reliabilitas alat ukur menggunakan Alpha Cronbach dengan hasil 0.7489. Teknik analisis menggunakan teknik uji beda Wilcoxon untuk mengetahui perbedaan self regulation fase forethought sebelum dan sesudah diberikannya pelatihan self regulation fase forethought.

Dari hasil uji hipotesis diperoleh Z (wilcoxon) = 2,354 dan Z tabel = 1,96, sehingga H_0 ditolak, H_1 diterima. Artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil kemampuan forethought sebelum dan sesudah mengikuti training self regulation, pada taraf kepercayaan 95%. Simpulan yang diperoleh adalah kemampuan forethought sesudah mengikuti training self regulation menunjukkan peningkatan yang signifikan. Peningkatan paling signifikan adalah dalam outcome expectation dan intrinsic interest/value, Peserta training menunjukkan penghayatan berguna, menarik dan mendorong mereka untuk melaksanakan kesimpulan yang mereka dapat dari setiap sesi. Saran yang diajukan adalah merancang dan meneliti pelatihan dalam sub aspek self regulation yang lain, menerapkan penelitian yang sama untuk kegiatan belajar mata kuliah tertentu yang selama ini dirasakan sulit. dan memberi masukan pada pihak fakultas dan dosen melaksanakan training ini untuk pembinaan mahasiswa disetiap angkatan dan proses bimbingan akademik, serta pada mahasiswa diharapkan untuk memanfaatkan hasil pelatihan bagi perencanaan studi emester berikutnya

ABSTRACT

R. Sanusi Soesanto, The Study about the Difference of the Self Regulatory phase of Forethought Before and After the Self Regulatory phase of Forethought training on Undergraduate Students of the 2nd semester on Psychology Faculty, Maranatha Christian University, Bandung.

The research was conducted because of the facts that the students don't have the planning to be implemented in their learning tasks. The majority of the students suffered from the lack of the self-belief on the implementation of the plan they made. Thus, they are not capable to exhibit action priority on their daily schedule, a lack of the anticipation of the performance, and a dwindling interest on some of the subjects. The symptoms that arises from the problem was the self regulation issue of the individuals, especially on the planning stage (forethought phase). From the internally generated problem that comes from the issues on self regulatory phase of forethought, an effort must be made, in the form of self regulatory phase of forethought training on the students of the 2nd semester, in the Faculty of Psychology, on the 'Maranatha Christian University in Bandung. This study, was intended theoretically to deepens and enrich the knowledge of the Educational Psychology, especially self regulatory theory on the learning processes, training modules development of the self regulatory theory, and as a reference to other research. The practical influence of the research was focused to the students, to develop their knowledge, attitude, and skills to plan, motivate, and execute actions actively. To the Faculty of Psychology, the research intended to help to explore internal processes that can interferes with the laearning process, and ti implement the self regulatory training as an student development agenda.

The theory that underlies this research was Self Rgulatory Theory form Zimmerman (1994), Experiantal Learning (Kurt Lewin), and Affective Training (Silberman, 1990). The self regulatory theory was focused on forethought phase, with its aspects of goal setting, strategic planning, self efficacy, outcome expectations, intrinsic interest or value, and goal orientation.

The research merhodo that was employed was quasy-experimental method, to review the impact of the treatment (Self Regulatory phase of Forethought Training) as the independent variable to the Self Regulation on the 2nd semester student as a dependent variable. This method employs one group, pre and post test strategy. The training was implemented in 6 modules, the first module as an opening session, and 5 main material module. The measurement questionarrie used employed Self Regulatory phase of Forethought. The validity measurement of the questionnaire uses Spearman Rank method, that resulted the items validity of 0,151 to 0,750. reliability measurement with the Alpha Cronbach method resulted 0,7489. The analysis method uses Wilcoxon difference test, to measure before and after training difference of the self regulatory phase of forethought on the students.

Hypotheses testing resulted the Z-score (Wilcoxon) of 2,354 and Z-score (stated on Z-score table) of 1,96. Thus, the null hypotheses was rejected, and the

alternative hypotheses was accepted. From the result of the research, there is a significant difference of the forethought skill before and after the training, with the standard error margin of 5%. The conclusion, forethought skills after participated on self regulatory training shows a significant development. The most significant development, was on the outcome expectation and intrinsic interest/value aspects. The participants of the training stated that the training was useful, interesting, and encourages them to implement the conclusion on every session on their daily learning process. The sugesstion that resulted from the research was to plan and conduct other research on other aspects of self regulation, implemented the same research on other subjects that is considered as the difficult one. The Suggestion to the Faculty of Psychology and the Lecturers, could implement the training as a student development strategy on every class and academic coaching process, and some suggestion to the students, to implement the training result to plan their future learning process on the next semesters.

DAFTAR ISI

	Hal.
ABSTRAK	i
ABSTACT	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR BAGAN	xii
DAFTAR FIGUR	xiii

BAB I PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Identifikasi Masalah	14
1.3. Maksud dan Tujuan Penelitian	14
1.4. Kegunaan Penelitian	15
1.4.1. Kegunaan Teoritis	15
1.4.2. Kegunaan Praktis	15

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Teori Self Regulation	16
2.1.1. Definisi <i>Triadic</i>	16
2.1.2. Struktur Sistem <i>Self Regulatory</i>	17
2.1.3. Pengaruh Sosial dan Lingkungan terhadap <i>Self Regulation</i>	27

2.1.4.	Perkembangan Ketrampilan <i>Self Regulatory</i>	29
2.1.5.	Dimensi tersembunyi dari kompetensi personal	36
2.2.	Pembelajaran Eksperiental	44
2.3.	Mengembangkan Tujuan Pelatihan Aktif	47
2.3.1.	Mengembangkan Tujuan Aktif	48
2.3.2.	Mengembangkan Tujuan Khusus	49
2.3.3.	Menginformasikan Materi Training	53
2.3.4.	Pedoman Umum Merancang Program Training	53
2.4.	Kerangka Berpikir	55

BAB III METODE PENELITIAN

3.1.	Metode Penelitian	71
3.2.	Variabel Penelitian & Defisi Operasional	74
3.2.1.	Variabel Dalam Penelitian	74
3.2.2.	Definisi Konseptual	74
3.2.3.	Definisi Operasional	74
3.3.	Pelatihan <i>Self Regulation Fase Forethought</i>	77
3.4.	Alat Ukur	90
3.4.1.	Alat Ukur <i>Self Regulation Fase Forethought</i>	90
3.4.2.	Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	93
3.4.2.1.	Validitas Alat Ukur	93
3.4.2.2.	Reliabilitas Alat Ukur	93
3.5.	Populasi dan Teknik Sampling	93

3.5.1 Populasi Penelitian	93
3.5.2. Karakteristik Populasi	93
3.5.3. Teknik Sampling	94
3.6. Teknik Analisis	94

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1. Gambaran Sampel	95
4.2. Hasil Penelitian	96
4.2.1. Sub Aspek <i>Goal Setting</i>	98
4.2.2. Sub Aspek <i>Strategic Planning</i>	99
4.2.1. Sub Aspek <i>Self Efficacy</i>	100
4.2.1. Sub Aspek <i>Outcome Expectation</i>	101
4.2.1. Sub Aspek <i>Intrinsic Interest/Value</i>	102
4.2.1. Sub Aspek <i>Goal Orientation</i>	103
4.3. Pembahasan	104

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan	128
5.2. Saran	128

DAFTAR PUSTAKA	129
-----------------------------	------------

DAFTAR LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1. Data Kemahasiswaan Fakultas Psikologi “X” periode Maret 2004 ..	4
Tabel 1.2. Data Hasil Perwalian semester Genap 2004/2005	12
Tabel 1.3. Daftar Frekuensi Mahasiswa IPK 2.00-2.50 berdasarkan aspek keyakinan diri	13
Tabel 1.4. Daftar Frekuensi Mahasiswa IPK 2.51-3.00 berdasarkan aspek keyakinan diri	13
Tabel 1.5. Daftar Frekuensi Mahasiswa IPK 3.01-3.50 berdasarkan aspek keyakinan diri	13
Tabel 1.6. Daftar Frekuensi Mahasiswa IPK < 2.00 berdasarkan alasan untuk tetap bertahan	13
Tabel 2.1. Struktur <i>Fase & Sub Fase Self Regulation</i>	19
Tabel 2.2. Tingkat Perkembangan dalam kemampuan <i>Self Regulation</i>	31
Tabel 3.1. Rancangan Pelatihan <i>Self Regulation</i>	77
Tabel 3.2. Kisi-kisi Alat ukur	92
Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Usia Sampel	95
Tabel 4.2. Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin	95
Tabel 4.3. Distribusi Frekuensi IPK terakhir sampel	96
Tabel 4.4. Hasil Pengolahan Wilcoxon	96
Tabel 4.5. Tabulasi Silang kemampuan <i>forethought</i> sebelum dan sesudah mengikuti training <i>self regulation</i>	97
Tabel 4.6. Tabulasi Silang kemampuan <i>Goal Setting</i> sebelum dan sesudah mengikuti training <i>self regulation</i>	98
Tabel 4.7. Tabulasi Silang kemampuan <i>Strategic Planning</i> sebelum dan sesudah mengikuti training <i>self regulation</i>	99
Tabel 4.8. Tabulasi Silang kemampuan <i>Self Efficacy</i> sebelum dan sesudah mengikuti training <i>self regulation</i>	100
Tabel 4.9. Tabulasi Silang kemampuan <i>Outcome Expectation</i> sebelum dan sesudah mengikuti training <i>self regulation</i>	101

Tabel 4.10. Tabulasi Silang kemampuan <i>Intrinsic Interest/Value</i> sebelum dan sesudah mengikuti training <i>self regulation</i>	102
Tabel 4.11. Tabulasi Silang kemampuan <i>Goal Orientation</i> sebelum dan sesudah mengikuti training <i>self regulation</i>	103

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1. Siklus <i>Behavioral Self Regulation</i>	17
Bagan 2.2. Siklus <i>Self Regulation</i>	18
Bagan 2.3. Siklus Pembelajaran Eksperiental	45
Bagan 2.4. Kerangka Berpikir	69
Bagan 2.5. Kerangka Berpikir	70
Bagan 3.1. Rancangan Penelitian	72

DAFTAR FIGUR

Figur 2.1. Kriteria Pemilihan Tugas tertentu untuk training 50

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Alat Ukur Pengambilan Data
- Lampiran 2. Lembar Kerja
- Lampiran 3. Tabel Goal Setting (GS.1 – GS.20)
- Lampiran 4. Tabel Strategic Planning (SP.1 – SP.8)
- Lampiran 5. Tabel Self Efficacy (SE.1 – SE.14)
- Lampiran 6. Tabel Outcome Expectation (OE.1 – OE.4)
- Lampiran 7. Tabel Intrinsic Interest/Value (IV.1 – IV.4)
- Lampiran 8. Tabel Goal Orientation (GO.1 – GO.4)