

GAMBARAN SELF REGULATED LEARNING PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI PSIKOLOGI UNIVERSITAS “X”

Devi Jatmika
Shanty Sudarji
Dina Argitha

ABSTRACT

Students can be motivated by many ways dan the most ultimate issue is to understand how and why students are motivated for academic achievement. Self regulated learning (SRL) is defined as a concept about how a leaner becomes the master of his own learning process. The aim of this research is to obtain the decription of self regulated learning of Psychology students of “X” University. SRL in this research was measured by using a questionnaire named Motivated Strategies for Learning Questionnaire (MSLQ). MSLQ is constructed by Self regulated learning by Pintrich, Smith, Garcia dan McKeachie (1991). The research method in this research is descriptive quantitative research.

Total subjects in this research were 71 Psychology students who engaged studying in 2012/2013 term. The realibility of this research was 0.953. Data analyzed by Z-score and the result revealed that 34 subjects (47.88%) had low SRL, 26 subjects (36.61%) had moderate SRL, and 11 subjects (15.49%) had high SRL. Thus, this research concluded the description of SRL of Psychology students of “X” University was in low category.

Keywords: *Self Regulated Learning (SRL), Motivation, Learning Strategy*

A. LATAR BELAKANG

Jenjang perguruan tinggi adalah kelanjutan dari jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA) yang dapat ditempuh oleh siswa yang mana sistem dalam perguruan tinggi berbeda ketika siswa masih berada di bangku SMA. Ketika memasuki perguruan tinggi, mahasiswa diharapkan dapat belajar untuk mengatur sendiri bilamana ia akan menyelesaikan perkuliahannya. Peran dosen adalah sebagai fasilitator yang memberikan pengetahuan kepada mahasiswa dan kesuksesan akademik bergantung pada usaha dan keuletan mahasiswa sebagai individu yang dianggap siap menuntut ilmu secara mandiri. Dalam proses menyelesaikan masa studinya di perguruan tinggi, mahasiswa tidak terlepas dari hambatan-hambatan yang berasal dari dalam diri dalam belajar. Penelitian yang

dilakukan Julianti (Sukadji, 2001) di Universitas Indonesia pada mahasiswa baru ditemukan bahwa faktor penghambat prestasi belajar berupa malas belajar, rendahnya motivasi belajar, menunda-nunda tugas, dan suka menunda pekerjaan. Seiring dengan semakin tinggi tingkat semester maka bobot tantangan yang dihadapi mahasiswa akan semakin besar. Sebagai akibatnya, hal yang tidak dapat dihindari adalah kemerosotan prestasi belajar mahasiswa sehingga menjadi perhatian serius bagi pihak perguruan tinggi untuk membantu para mahasiswa.

Faktor-faktor yang berasal dari dalam diri mahasiswa sangat berperan penting demi kemajuan dirinya sendiri selama masa studi mahasiswa untuk mencapai prestasi belajar yang baik maka diperlukan kompetensi mahasiswa dalam regulasi diri dalam belajar. dalam model motivasi sosial kognitif adalah motivasi merupakan fenomena yang dinamis dalam arti bahwa tidak ada asumsi bahwa siswa “termotivasi” ataupun “tidak termotivasi”, namun siswa dapat termotivasi dengan banyak cara dan isu terpenting adalah memahami bagaimana dan mengapa siswa termotivasi untuk prestasi sekolah (Linnerbrink dan Pintrich, 2002). Lebih lanjut lagi, motivasi siswa secara langsung berhubungan dengan kemampuan untuk meregulasi diri dalam aktivitas pembelajaran (*self-regulated learning*).

Self-regulated learning didefinisikan sebagai keaktifan diri secara metakognitif, motivasi dan perilaku dalam proses belajar dan untuk mencapai tujuan-tujuan pribadi (Pintrich dan Groot, 1990). Zimmerman & Martinez-Pons, (1990) menyatakan bahwa *Self regulated learning* merupakan konsep mengenai bagaimana seorang peserta didik menjadi pengatur bagi belajarnya sendiri. Siswa-siswa yang memiliki *self regulated learning* yang baik akan lebih terlibat dalam situasi belajar seperti dengan senang hati memerikan pertanyaan, duduk di posisi di kelas yang menunjang pembelajaran dan berusaha untuk mencari tahu materi-materi tambahan agar dapat menguasai materi lebih baik (Clarebout, Horz, & Schnotz dalam Zumbrunn, Tadlock dan Roberts, 2011). Dengan adanya regulasi diri, siswa dapat mengaplikasikan strategi belajar untuk meningkatkan hasil akademik (Harris, Friedlander, Sadler, Frizzelle, & Graham dalam Zumbrunn, Tadlock dan Roberts, 2011)

Komponen-komponen penting dalam *self regulated learning* meliputi strategi metakognitif siswa untuk merencanakan, memonitor, dan memodifikasi kognisi mereka. Komponen kedua adalah manajemen diri dari siswa dan mengontrol usaha mereka dalam mengerjakan tugas yang sulit. Sebagai contoh, kemampuan siswa untuk tetap berusaha mengerjakan tugas yang sulit atau tidak terpengaruh oleh gangguan-gangguan (suara berisik teman-teman) dalam mengerjakan tugas mereka. Komponen ketiga adalah strategi kognitif aktual yang siswa lakukan untuk belajar, mengingat dan memahami materi. Ketiga komponen ini sangatlah penting untuk menilai ketiga komponen dari *self regulated learning* untuk mengetahui perbedaan individu dalam motivasi dan untuk memahami bagaimana karakteristik individu berhubungan dengan keterlibatan kognitif siswa dan performansi akademik di dalam kelas (Pintrich dan Groot, 1990).

B. TUJUAN PENELITIAN

Tujuan dari penelitian ini mengkaji gambaran antara *self regulated learning* yang dimiliki mahasiswa Psikologi Universitas “X”.

C. TINJAUAN TEORI

1. Definisi *self regulated learning*

Zimmerman & Martinez-Pons, (1990) menyatakan bahwa *Self regulated learning* merupakan konsep mengenai bagaimana seorang peserta didik menjadi pengatur bagi belajarnya sendiri. Selanjutnya Zimmerman (dalam Woolfolk, 2004) mendefinisikan *self regulated learning* sebagai suatu proses dimana seorang peserta didik mengaktifkan dan mendorong kognisi (*cognition*), perilaku (*behaviours*) dan perasaannya (*affect*) secara sistematis dan berorientasi pada pencapaian tujuan belajar. Berdasarkan perspektif sosial kognitif, peserta didik yang dapat dikatakan sebagai *self regulated learner* adalah peserta didik yang secara metakognitif, motivasional, dan behavioral aktif dan turut serta dalam proses belajar mereka (Zimmerman, 1989).

2. Dimensi-dimensi Self Regulated Learning (SRL)

Pintrich, Smith, Garcia dan McKeachie (1991), dalam alat ukur terhadap *self regulated learning* yaitu *Motivated Strategies for Learning Questionnaire* (MSLQ) membagi skala MSLQ ke dalam dua bagian: (1) motivasi dan (2) strategi belajar. Pada faktor motivasi terdiri dari 31 item yang mengukur tujuan dan nilai-nilai keyakinan siswa terhadap suatu mata kuliah, keyakinan terhadap keterampilan untuk sukses dan kecemasan dalam menghadapi ujian. Pada faktor strategi belajar terdiri dari 31 item yang menilai penggunaan strategi belajar kognitif dan metakognitif yang digunakan siswa dan 19 item lainnya mengenai pengelolaan siswa terhadap sumber-sumber pelajaran yang berbeda-beda.

Tabel 1

Dimensi-dimensi *Self Regulated Learning*

Dimensi Motivasi	Definisi
Indikator:	
1. <i>Intrinsic goal orientation</i>	Persepsi siswa mengenai alasan-alasan atau sebab-sebab yang menyebabkan individu melakukan tugas-tugas belajar, tujuan-tujuan siswa belajar dan melihat tugas sebagai hal yang menantang dan keingintahuan.
2. <i>Extrinsic goal motivation</i>	Siswa mempersepsikan dirinya berpartisipasi dalam sebuah tugas untuk mendapatkan nilai, peringkat, hadiah, evaluasi dari orang lain dan kompetisi.
3. <i>Task value</i>	Evaluasi siswa terhadap terhadap seberapa menarik, makna, dan bergunanya sebuah tugas.
4. <i>Control of learning beliefs</i>	Keyakinan siswa bahwa usaha untuk belajar akan menghasilkan hasil yang positif.
5. <i>Self-efficacy for learning</i>	Terbagi menjadi dua: harapan untuk sukses dan <i>self-efficacy</i> . Harapan untuk sukses merupakan harapan atas kinerja terutama kinerja pada tugas. <i>Self-efficacy</i> yaitu keyakinan pada diri sendiri atas kemampuannya untuk menguasai ilmu.
6. <i>Test anxiety</i>	Keadaan emosi atau ketidaknyamanan yang muncul pada kinerja siswa dalam pengerjaan tes atau pengukuran kognitif lainnya.

Dimensi strategi belajar	Definisi
Indikator:	
1. <i>Rehearsal</i>	Strategi belajar yang melibatkan pengulangan atau pemberian label dari materi pelajaran.
2. <i>Elaboration</i>	Strategi belajar yang membantu siswa menyimpan informasi ke dalam memori jangka panjang dengan membuat hubungan-hubungan materi yang dipelajari seperti, membuat kesimpulan, analogi, catatan secara umum.
3. <i>Organization</i>	Strategi yang membantu siswa memilah informasi yang sesuai dan membuat kerangka hubungan dari informasi-informasi yang dipelajari, seperti membuat bagan, menggarisbawahi dan menseleksi ide utama dari bacaan,
4. <i>Critical thinking</i>	Tingkat dimana siswa mengaplikasikan ilmu sebelumnya ke situasi baru dengan tujuan untuk mengatasi masalah, mencapai keputusan, atau membuat evaluasi kritis untuk memperoleh standar yang terbaik.
5. <i>Metacognitive self regulation</i>	Kesadaran, pengetahuan dan kontrol atas kognisi, meliputi perencanaan, <i>monitoring</i> , dan regulasi.
6. <i>Time and study environment</i>	Kemampuan siswa untuk mengelola dan meregulasi waktu dan lingkungan belajar.
7. <i>Effort regulation</i>	Kemampuan siswa untuk mengatur usaha dan perhatian mereka dari gangguan-gangguan dan tugas-tugas yang tidak menarik.
8. <i>Help seeking</i>	Aspek lingkungan yang mana siswa dapat mengelola dukungan-dukungan yang didapatkan dari orang lain.
9. <i>Peer learning</i>	Kolaborasi dan dialog dengan teman-teman yang memberikan dampak positif untuk pencapaian prestasi.

D. METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif deskriptif. Populasi penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Universitas “X” Program Studi Psikologi yang masih aktif pada periode semester genap dari angkatan 2009 sampai dengan 2012 dengan total 105 orang mahasiswa. Sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 71 orang mahasiswa Program Studi Psikologi dari angkatan

2009 sampai dengan 2012 yang bersedia mengikuti dan mengisi *Motivated Strategies for Learning Questionnaire* (MSLQ). Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik sampling jenuh, yaitu teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel (Sugiyono, 2007).

Pengumpulan data menggunakan kuesioner *Motivated Strategies for Learning Questionnaire* (MSLQ) oleh Pintrich (1991). Komponen-komponen dalam kuesioner MSLQ terbagi menjadi dua yaitu skala motivasi berjumlah 31 aitem dan skala strategi belajar berjumlah 50 aitem, sehingga total aitem adalah 81 aitem.

Skala *Motivated Strategies for Learning Questionnaire* (MSLQ) disusun menggunakan model skala Likert. Mahasiswa akan diinstruksikan untuk merespon terhadap tujuh rentang skala Likert (1= sangat tidak sesuai dengan diri saya hingga 7= sangat sesuai dengan diri saya). Semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin baik *Self Regulated Learning* seseorang. Sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin rendah *Self Regulated Learning* individu tersebut. Teknik analisis data yang digunakan untuk mengetahui gambaran *Self Regulated Learning* mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas "X" menggunakan SPSS versi 17.0 for Windows.

Teknik tryout telah dilakukan untuk menguji validitas dan reliabilitas dari alat ukur MSLQ kepada 30 orang mahasiswa Universitas "X". Aitem-aitem dinyatakan valid dengan mengacu pada angka korelasi yang terdapat pada kolom *Corrected Item-Total Correlation* di atas 0.2 (Naga, 2003). Dari 81 aitem MSLQ diperoleh 58 aitem yang valid dengan reliabilitas *Cronbach Alpha* sebesar 0.939.

E. HASIL

1. Uji Reliabilitas

Berdasarkan hasil pengujian kepada sampel penelitian, alat ukur MSLQ memiliki reliabilitas sebesar 0.953 artinya memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi sekali, dengan rentang validitas 0.234-0.687.

Tabel 2

Hasil Reliabilitas MSLQ

Cronbach's Alpha MSLQ	Jumlah aitem
0.953	58

2. Uji Normalitas

Berdasarkan nilai signifikansi dari uji normalitas (*one sample KS*) MSLQ, diketahui nilai signifikansi adalah 0.689 di atas .05, sehingga data terdistribusi normal.

Hasil pengujian deskriptif *Self Regulated Learning* (SRL) pada mahasiswa Psikologi Universitas "X" diperoleh nilai rata-rata 272.21 (SD= 44.06). Data skor MSLQ kemudian diolah dengan uji *z-score* karena data terdistribusi normal dan dengan uji *z-score* dapat diperoleh deskripsi yang lebih jelas untuk mengkategorikan posisi subyek dari keseluruhan skor dan berapa banyak subyek yang termasuk dalam kategori SRL rendah, sedang, tinggi. Nilai *z-score* yang telah diperoleh kemudian diubah menjadi standar skor.

Tabel 3

Hasil Uji Deskriptif Uji Z-score

Standar skor (SS)	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
0-50	Rendah	34	47.88
51-59	Sedang	26	36.61
60-70	Tinggi	11	15.49

Berdasarkan hasil norma *z-score*, dari total keseluruhan 71 subyek diketahui sebanyak 34 subyek (47.88%) memiliki SRL kategori rendah, 26 subyek (36.61 %) memiliki SRL sedang, dan 11 subyek (15.49%) memiliki SRL tinggi.

F. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa banyak mahasiswa yang berada dalam kategori *self-regulated learning* yang rendah. Dalam hal ini dapat

digambarkan bahwa mahasiswa Psikologi Universitas “X” secara metakognitif, motivasional, dan behavioral masih belum aktif dan turut serta dalam proses belajar mereka. Menurut Schunk dan Ertmer (dalam Duckworth, Akerman, MacGregor, Salter, & Vorhaus, 2009) SRL meliputi konsentrasi terhadap instruksi, menggunakan strategi untuk mengorganisasi ide-ide, memonitor kinerja, mengatur waktu dengan efektif, dan memiliki keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri. Dari hasil observasi pembelajaran di kelas, ditemukan banyak pula mahasiswa yang masih kurang dapat mengelola waktu seperti tidak mampu bangun pagi sehingga sering absen di kelas, tidak mencatat penjelasan dari dosen, dan pengelolaan waktu antara belajar dengan kegiatan di luar kampus yang tidak efektif.

Cobb (2003) menyebutkan bahwa SRL dipengaruhi oleh banyak faktor diantaranya adalah motivasi yang dimiliki peserta didik. Motivasi merupakan hal penting karena motivasi merupakan kekuatan yang mendorong individu untuk melakukan tindakan tertentu (Woolfolk, 1993). Motivasi dapat bersumber dari dalam diri (intrinsik) seperti termotivasi belajar untuk memperoleh kepuasan atas ilmu yang diperoleh dan dari luar diri (ekstrinsik) seperti, motivasi belajar untuk memperoleh *reward* atas prestasi yang telah dicapai. Kedua motivasi baik internal maupun eksternal berpengaruh dalam proses belajar mahasiswa dan terkadang peserta didik dapat termotivasi belajar oleh keduanya. Akan tetapi, peran motivasi dalam diri adalah hal yang paling penting dalam keberhasilan mahasiswa dalam performansi akademik.

Selain itu, faktor kedua yang mendukung SRL (Cobb, 2003) peserta didik adalah *self efficacy* yaitu keyakinan positif akan kemampuan belajar dan meningkatkan penggunaan strategi *self regulated learning*. Keyakinan terhadap kemampuan intelektual tersebut dapat berkembang melalui usaha dan pendidikan dan berhubungan positif dengan motivasi, resiliensi dan pencapaian pendidikan. Keyakinan terhadap kemampuan inteligensi inilah yang juga dapat mempengaruhi SRL. Faktor ketiga adalah tujuan (goal), faktor yang digunakan peserta didik untuk berorientasi pada pencapaian tujuan belajar. Orientasi ini terbagi menjadi

orientasi untuk pembelajaran dan untuk memperoleh pandangan yang baik dari orang lain.

Purwanto (dalam Rustanto, 2009) menyebutkan bahwa motivasi belajar dipengaruhi pula faktor pribadi yang meliputi kematangan, kecerdasan, latihan, motivasi, dan kesehatan fisik. Faktor kedua yaitu faktor sosial seperti dukungan keluarga, teman, dan guru. Selain itu alat-alat yang menunjang belajar, finansial, lingkungan dan kesempatan yang tersedia. Faktor-faktor ini juga mempengaruhi SRL yang dimiliki mahasiswa.

G. SIMPULAN

Simpulan dalam penelitian ini adalah gambaran SRL mahasiswa Psikologi UBM dalam kategori rendah, hal ini menunjukkan masih banyaknya mahasiswa yang memiliki motivasi diri dan strategi belajar yang kurang.

H. SARAN

Saran bagi mahasiswa. Self regulated learning merupakan proses yang dinamik dan dapat berubah. Bagi mahasiswa dengan SRL rendah maupun sedang hendaknya memiliki merefleksikan, mengidentifikasi dan mengawasi sejauh mana *self regulated learning* yang sudah ia miliki dan laksanakan dengan kesesuaian standar yang harus dicapai dalam ilmu Psikologi, membuat tujuan dalam belajar yang ingin diraih, memiliki inisiatif untuk memperbaiki strategi belajar dan bergaul dengan teman-teman yang memiliki motivasi belajar yang tinggi.

Saran bagi penelitian selanjutnya, dapat melakukan penelitian lebih lanjut untuk membedakan *self regulated learning* yang dimiliki para mahasiswa dengan pendalaman secara kualitatif sehingga dapat tergalikan faktor lainnya yang mempengaruhi motivasi dan strategi belajar yang digunakan seperti kecerdasan, faktor kematangan, latihan begitupula dengan faktor sosial. Lebih lanjut lagi, untuk perkembangan pengukuran secara kuantitatif, peneliti menyarankan adanya kesahihan dan adaptasi pengukuran *self-regulated learning* yang lebih baik mengingat banyaknya aitem gugur saat uji coba *try out*.

Saran bagi peran tenaga pengajar sebagai fasilitator amatlah penting sebagai individu yang memfasilitasi ilmu pengetahuan (*transfer of knowledge*). Sebagai para tenaga pengajar perlu mengawasi bentuk-bentuk *self-regulated learning* yang dilakukan oleh para mahasiswa. Selain itu, tenaga pendidik juga mengidentifikasi peserta didik yang tidak melakukan *self regulated learning* dalam proses belajar dan melakukan intervensi dengan bimbingan konseling dan pengajaran keterampilan *self regulated learning*.

DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A. (1986). *Social Foundation of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. New Jersey: Prentice-Hall, Inc. Englewood Cliffs
- Duckworth K., Akerman, R., MacGregor, A., Salter, E., & Vorhaus, J. (2009). *Self Regulated Learning: A Literature Review*. London: Centre for Research on the Wider Benefits of Learning, London.
- Kolb, D. A. (1984). *Experiential Learning: Experience as the source of learning and development*. New Jersey: Prentice-Hall Inc
- Paris, S.G. & Newman, R.S. (1990). Developmental Aspects of Self-regulated learning. *Journal Educational Psychologist* . 25 (1), 87-102.
- Pintrich, P. R., Smith, D. A. F., Garcia, T., & McKeachie, W. J. (1991). *A manual for the use of the Motivated Strategies for Learning Questionnaire (MSLQ)*. Ann Arbor: University of Michigan, National Center for Research to Improve Postsecondary Teaching and Learning.
- Pintrich, P. L., & De Groot, E. V. 1990. Motivational and Self Regulated Learning Components of Classroom Academic Performance. *Journal of Educational Psychology*, 82 (1), 33-40
- Pujiatin, Sri R.R. 2004. *Perkembangan SRL yang Diperoleh Melalui Pemahaman Bacaan dan Membuat Ringkasan pada Anak SMA*. Tesis tidak diterbitkan. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Rustanto, R. (2009). *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Motivasi Belajar Demi Mencapai Performance Akademik yang Baik di Kalangan Mahasiswa Psikologi*. Skripsi. Semarang: Universitas Katolik Soegijapranata.

Schunk, D.H & Zimmerman. B.J. (1997). *Self-regulated learning and performance : Issues and educational applications*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.

Sugiyono. (2007). *Metode Penelitian Bisnis*. Bandung: Alfabeta.

Woolfolk, A.E. (1995). *Educational Psychology*. Boston : Allyn and Bacon.

Zimmerman, B.J. (2002). Achieving Self -Regulation: The Trial and Triumph of Adolescence. In Pajares, F., & Urdan, T, *Adolescence and education*. Vol.2. (pp. 122-142). Academic Motivation of Adolescence. Greenwich: Information Age Publishing.

Zumbrunn, S., Tadlock., J., & Roberts, E. D. (2011). *Encouraging Self-Regulated Learning in the Classroom: A Review of the Literature*. Virginia: Virginia Commonwealth University.

Internet

Cobb, R. (2003). The relationship between self regulated learning behaviors and academic performance in web-based courses. The Faculty of Virginia Polytechnic Institute and State University: Dissertation. Retrieved 15 June 2013, from http://scholar.lib.vt.edu/theses/available/etd-03212003-130332/unrestricted/srionline_dissertation.pdf