

Riasnugrahani, Missiliana, dan Lidwina, *Studi Deskriptif Mengenai Self Regulation dalam Bidang Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2003 yang Memiliki IPK < 2,75 pada Universitas "X" di Bandung*, dalam Psikomedia (Jurnal Psikologi Maranatha), ISSN: 1441-9285, Vol. 6 No. 2 hal. 11-18

Studi Deskriptif mengenai Self Regulation dalam Bidang Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2003 yang memiliki IPK < 2,75 pada Universitas "X" di Bandung

Missiliana Riasnugrahani

Lidwina

Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Maranatha, Bandung

Abstract

Abstrak

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran kemampuan self regulation dalam bidang akademik pada mahasiswa fakultas Psikologi angkatan 2003 yang memiliki IPK di bawah 2,75 di Universitas "X" Bandung. Rancangan penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif dengan menggunakan teknik survei. Teknik sampling yang digunakan adalah purposive random sampling dari populasi mahasiswa fakultas Psikologi angkatan 2003 yang memiliki IPK < 2,75, dengan jumlah sampel yang berhasil didapatkan sebanyak 56 orang.

Alat ukur yang digunakan untuk menjangkau informasi tentang kemampuan self regulation dalam bidang akademik adalah kuesioner self regulation dalam bidang akademik yang dikonstruksi oleh peneliti berdasarkan teori Self Regulation dari Zimmerman. Jumlah item keseluruhan adalah 47 yang mewakili 3 aspek self regulation dalam bidang akademik.

Data yang diperoleh dari alat ukur tersebut kemudian diolah dengan menggunakan analisa statistik dalam bentuk persentase lalu ditabulasi silang dengan data penunjang.

Hasil yang diperoleh dari penelitian ini menunjukkan bahwa pada mahasiswa fakultas Psikologi angkatan 2003 yang memiliki IPK di bawah 2,75 persentase terbesar menunjukkan bahwa mereka kurang mampu dalam melakukan self regulation dalam bidang akademik di mana mereka kurang mampu dalam ketiga aspek self regulation yaitu forethought, performance/volitional control, dan self reflection. Hal ini dipengaruhi oleh penghayatan mahasiswa mengenai kurangnya dukungan dari orangtua dan teman. (*Kata kunci : Self regulation, forethought, performance/volitional control, dan self reflection*)

I. Pendahuluan

Mendapat pekerjaan merupakan sesuatu hal yang cukup sulit pada zaman sekarang.

Badan Pusat Statistik (BPS) mencatat jumlah pengangguran baru Agustus 2004 sampai

Februari 2005 bertambah 600 ribu orang. Persentase pengangguran naik dari 9,9% menjadi 10,3% dari total angkatan kerja (Media Indonesia 2 Juli 2005). Hal ini disebabkan karena jumlah lapangan pekerjaan yang tersedia lebih sedikit dibandingkan dengan jumlah tenaga kerja yang semakin lama semakin banyak. Lebih menyedihkan lagi, banyak juga sarjana yang menganggur dan tidak memiliki pekerjaan. Tercatat ada > 30% sarjana lulusan perguruan tinggi yang menganggur.

Sebenarnya, selain karena jumlah lapangan pekerjaan yang terbatas, pengangguran juga disebabkan oleh karena banyak calon tenaga kerja yang tidak dapat memenuhi syarat untuk diterima sebagai karyawan di perusahaan yang menyediakan lapangan pekerjaan. Salah satu syarat yang diajukan perusahaan adalah IPK (Indeks Prestasi Kumulatif) minimal untuk dapat menerima seorang karyawan yang berkualitas. Pada umumnya perusahaan menetapkan standar IPK minimal 2,75. Namun pada kenyataannya, berdasarkan data dari tata usaha Fakultas Psikologi Universitas "X", dari 48 mahasiswa yang lulus pada tahun 2005, ada 21 diantaranya yang lulus dengan IPK < 2,75 (43,7 %).

Berdasarkan keterangan dari tata usaha Fakultas Psikologi Universitas "X" tampak peningkatan jumlah mahasiswa yang memiliki IPK < 2,75. Pada semester satu dari 161 mahasiswa angkatan 2003, terdapat 76 mahasiswa dengan IPK < 2,75 (47,2 %) dan 85 mahasiswa yang memiliki IPK di atas 2,75 (52,8 %). Namun saat memasuki semester keenam, saat mata kuliah yang ditawarkan lebih kompleks karena banyaknya mata kuliah praktikum (psikodiagnostika), diperoleh data dari 161 orang mahasiswa tersebut, terdapat 93 mahasiswa (57,8%) yang memiliki IPK < 2,75 dan 68 mahasiswa (42,2 %) dengan IPK di atas 2,75.

Winkel (1983) mengatakan bahwa ada empat faktor dalam diri mahasiswa yang berpengaruh terhadap prestasi akademik, yaitu taraf kecerdasan, motivasi belajar, perasaan (sikap – minat), serta keadaan fisik. Selain faktor dalam diri tersebut, ada juga faktor dari luar diri yaitu lingkungan keluarga dan sekolah. Berdasarkan data dari salah seorang dosen di Fakultas Psikologi Universitas "X", diperoleh data dari 29 orang mahasiswa, 86,2% di antaranya memiliki taraf kecerdasan cukup, 10,3 % memiliki taraf kecerdasan yang baik serta

3,5% memiliki taraf kecerdasan yang baik sekali. Dari sejumlah mahasiswa yang memiliki taraf kecerdasan cukup, 56% memiliki IPK < 2,75 dan 44% memiliki IPK di atas 2,75. Kemudian dari mahasiswa yang memiliki taraf kecerdasan baik, 66,7% ternyata memiliki IPK < 2,75 dan hanya 33,3% yang meraih IPK di atas 2,75. Sedangkan mahasiswa yang memiliki taraf kecerdasan baik sekali memiliki IPK di atas 2,75.

Seorang mahasiswa yang memiliki taraf kecerdasan yang cukup diharapkan dapat mengikuti perkuliahan dengan baik. Dari data di atas, dapat dilihat bahwa ternyata taraf kecerdasan bukan satu-satunya yang dapat mempengaruhi prestasi mahasiswa. Prestasi belajar seorang mahasiswa dapat dipengaruhi oleh kemampuan mahasiswa tersebut menetapkan target yang terarah serta strategi belajar untuk mencapai target tersebut, kemampuan mahasiswa untuk melaksanakan strategi belajar dan kemampuan mahasiswa untuk melakukan evaluasi atas usaha yang telah ia lakukan. Hal ini oleh Zimmerman (1995 dalam Boekaerts 2002) disebut sebagai *self regulation* dalam bidang akademik. *Self regulation* dalam bidang akademik dapat mempengaruhi prestasi akademik. Mahasiswa yang kurang mampu melakukan *self regulation* maka prestasinya akan lebih buruk dan akan lebih menimbulkan masalah bagi pengajar dibandingkan dengan mahasiswa yang mampu melakukan *self regulation*.

Self regulation diartikan sebagai pikiran, perasaan dan tindakan yang bersifat *self generated*, yang telah direncanakan dan secara berulang kali diadaptasikan dengan pencapaian *personal goal*. Zimmerman (1995, dalam Boekaerts 2002) mengatakan bahwa prestasi akademik, dipengaruhi oleh *self regulation* yang ada dalam diri mahasiswa tersebut. Seorang mahasiswa yang kurang mampu meregulasi diri, akan meraih prestasi akademik yang lebih rendah, serta lebih menimbulkan masalah bagi pengajar. *Self regulation* adalah *thought* (pikiran), *feeling* (perasaan), dan *action* (tindakan) seseorang yang terencana dan secara berulang-ulang dalam upaya melakukan adaptasi untuk pencapaian tujuan pribadi. Dalam *self-regulation* terdapat tiga fase, yaitu fase *forethought* (perencanaan), *performance* atau *volitional control* (pelaksanaan), dan *self reflection* (evaluasi). Ketiga fase tersebut saling berkaitan dan merupakan suatu siklus.

Fase *forethought* berkaitan dengan proses-proses yang berpengaruh yang mendahului usaha untuk bertindak dan menentukan tahap-tahap untuk mencapai usaha tersebut. Fase *performance/volitional control* meliputi proses-proses yang terjadi selama usaha motorik itu berlangsung dan berdampak pada perhatian/atensi dan tindakan yang dilakukan. Fase *self reflection* meliputi proses yang terjadi setelah suatu usaha dilakukan dan mempengaruhi respon individu terhadap pengalamannya tersebut. Fase *self reflection* ini, akan kembali mempengaruhi fase *forethought* terhadap usaha-usaha motorik berikutnya, jadi melengkapi siklus *self regulatory*.

Forethought	Performance / Volitional Control	Self Reflection
Task Analysis: - Goal Setting - Strategic Planning	Self Control: - Self Instruction - Imagery - Attention Focusing - Task Strategies	Self Judgement - Self Evaluation - Causal Attribution
Self Motivation Beliefs: - Self-Efficacy - Outcome Expectation - Intrinsic Interest/Value - Goal Orientation	Self Observation: - Self Recording - Self Experimentation	Self Reaction: - Self Satisfaction / Affect - Adaptive - Defensive

Tabel 2.1. Struktur Fase dan Subproses pada *Self Regulation*

Mampu atau tidaknya seorang mahasiswa dalam meregulasi diri, dipengaruhi oleh berbagai hal, diantaranya adalah faktor sosial. Faktor sosial yang dapat mempengaruhi *self regulation* mahasiswa pertama-tama adalah peran orang tua dimana mahasiswa dapat melihat model atau contoh dari hasil prestasi belajar orang tuanya. Mahasiswa yang berprestasi seringkali berasal dari keluarga yang orang tuanya sukses atau memiliki standar-standar *performance* dan evaluasi diri yang tinggi (Zimmerman, 2000 dalam Boekaerts, 2002). Selain itu, dorongan dan *feedback* yang diberikan oleh orang tua juga akan mempengaruhi *self regulation* mahasiswa tersebut.

Faktor sosial kedua yang dapat mempengaruhi *self regulation* mahasiswa adalah peran dosen di fakultas psikologi yang membimbing mahasiswa selama mereka kuliah. Dukungan serta masukan dari dosen dalam kegiatan belajar mahasiswa akan memberi

pengaruh yang kuat bagi mahasiswa (Goedenow, dalam Santrock, 2002). Selain itu, cara dosen mengajar dan menyampaikan materi kuliah juga akan mempengaruhi *self regulation* mahasiswanya. Faktor sosial ketiga yang dapat mempengaruhi *self regulation* mahasiswa adalah teman-teman mahasiswa bersangkutan. 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, 2002). Melalui penelitian ini, peneliti ingin mengetahui bagaimana gambaran *Self Regulation* dalam bidang akademik pada mahasiswa-mahasiswi Fakultas Psikologi Angkatan 2003 yang memiliki IPK < 2,75 pada Universitas “X” di Bandung

II. Metodologi Penelitian

Variabel penelitian yaitu *self-regulation* dalam bidang akademik. Subyek penelitian adalah mahasiswa-mahasiswi Fakultas Psikologi angkatan 2003 yang memiliki IPK < 2,75 pada Universitas “X” di Kota Bandung. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik *purposive random sampling* dan diperoleh sampel sebanyak 56 orang.

Alat ukur *self regulation* dalam bidang akademik berbentuk kuesioner yang disusun berdasarkan tiga fase dalam *self regulation*, yaitu fase *forethought*, fase *performance* atau *volitional control*, dan fase *self reflection* (D.H. Schunk dan Zimmerman, 1998, dalam Boekaerts, 2002). Masing-masing responden akan memperoleh total skor untuk fase *Forethought*, *Performance/ Volitional Control*, dan *Self Reflection*. Berdasarkan total skor yang diperoleh pada setiap fase akan dikategorikan *self regulation* mampu dan kurang mampu. Pengkategorian ini menggunakan median. Selanjutnya akan diolah dengan melakukan perhitungan persentase yang menyatakan persentase mahasiswa fakultas psikologi yang memiliki IPK di bawah 2,75 yang memiliki kemampuan *self-regulation* tertentu.

Kemudian akan dilakukan pula tabulasi silang (*cross tabulation*) antara hasil yang didapat dengan faktor-faktor sosial yang mempengaruhi *Self regulation* untuk melihat gambaran *self regulation* yang lebih rinci.

III. Hasil Penelitian

Berdasarkan penelitian terhadap kemampuan *self-regulation* dalam bidang akademik yang dilakukan kepada mahasiswa fakultas Psikologi angkatan 2003 yang memiliki IPK di bawah 2,75 pada Universitas “X” di Bandung, diperoleh hasil sebagai berikut:

Self-Regulation 56 mahasiswa angkatan 2003 fakultas Psikologi dengan IPK < 2,75 pada Universitas “X” di Bandung	MAMPU = 26 orang (46,4 %)	Forethought	Mampu = 26 orang (100%)
			Kurang mampu = 0 orang (0%)
		Performance / Volitional Control	Mampu = 24 orang (92,3%)
			Kurang mampu = 2 orang (7,7%)
		Self-Reflection	Mampu = 26 orang (100%)
			Kurang mampu = 0 orang (0%)
	KURANG MAMPU = 30 orang (53,6 %)	Forethought	Mampu = 11 orang (36,7%)
			Kurang mampu = 19 orang (63,3%)
		Performance / Volitional Control	Mampu = 0 orang (0%)
			Kurang mampu = 30 orang (100%)
Self-Reflection		Mampu = 10 orang (33,7%)	
		Kurang mampu = 20 orang (66,7%)	

Tabel 2.2 Persentase Kemampuan *Self Regulation* dalam Bidang Akademik

Dukungan Orangtua	Mampu		Kurang Mampu	
	Jumlah	Persentase (%)	Jumlah	Persentase (%)
Mendukung	8	30,8	0	0
Cukup Mendukung	11	42,3	9	30
Kurang Mendukung	7	26,9	15	50
Tidak Mendukung	0	0	6	20
Total	26	100	30	100

Tabel 2.3. Tabulasi silang *Self regulation* dengan dukungan orang tua

b

Dukungan Teman	Mampu		Kurang Mampu	
	Jumlah	Persentase (%)	Jumlah	Persentase (%)
Mendukung	13	50	0	0
Cukup Mendukung	11	42,3	8	26,7
Kurang Mendukung	2	7,7	22	73,3
Tidak Mendukung	0	0	0	0
Total	26	100	30	100

Tabel 2.4 Tabulasi silang *Self regulation* dengan dukungan teman

IV. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa 53,6% dari mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2003 yang memiliki IPK $< 2,75$ pada Universitas "X" di Bandung kurang mampu melakukan *self-regulation* dalam bidang akademik dan 46,4% mampu melakukan *self-regulation* dalam bidang akademik (tabel 1).

Zimmerman (2000 dalam Boekaerts, 2002) mengungkapkan bahwa yang membedakan mampu atau kurang mampunya seseorang melakukan *self regulation* adalah kualitas dan kuantitas dari proses regulasinya. Hal ini dapat diartikan bahwa kemampuan *self-regulation* dalam bidang akademik secara umum dapat terungkap melalui kemampuan dalam aspek *forethought*, *performance/volitional control*, dan *self reflection* mereka. Sejalan dengan kemampuan mereka dalam melakukan *self-regulation* dalam bidang akademik, semua mahasiswa yang mampu meregulasi diri (100%) juga mampu dalam melakukan *forethought* (tabel 1).

Berbeda dengan mahasiswa yang mampu meregulasi diri, pada mahasiswa yang kurang mampu lakukan *self regulation* dalam bidang akademik didapati bahwa 63,3% diantaranya kurang mampu dalam melakukan *forethought* dan hanya 36,7% yang mampu melakukannya (tabel 1). Kekurangmampuan tersebut dapat terungkap secara rinci melalui kemampuan *task analysis*, *goal setting*, dan *strategic planning*. Selanjutnya pada tahap *self-motivational beliefs*, juga tampak mahasiswa kurang memiliki *self efficacy*, kurang memiliki harapan bahwa dengan tercapainya target tersebut maka hal tersebut akan menguntungkan baginya di masa yang akan datang, kurang memiliki minat (*intrinsic value*) untuk mempelajari Psikologi dan kurang berorientasi pada target/tujuannya (*goal setting*) tersebut.

Sejalan dengan *forethought*, semua mahasiswa (100%) juga kurang mampu melakukan *performance/volitional control* (tabel 1). Kekurangmampuan mahasiswa dalam melakukan *performance/volitional control* merupakan persentase paling tinggi dibandingkan dengan kedua fase lainnya (*forethought* dan *self reflection*). Hal ini mengungkapkan bahwa

meskipun mahasiswa mampu melakukan *self recording* dan *self-experimentation*, namun mereka kurang mampu melakukan *self instruction*, *imagery*, *attention focusing*, *task strategies*.

Pada fase selanjutnya, yaitu fase *self reflection*, sebagian besar (66,7%) mahasiswa yang kurang mampu melakukan *self reflection* dan 33,3% mampu melakukannya (tabel 1). Kemampuan mahasiswa pada tahap ini dapat terungkap bahwa semua (100%) dari mahasiswa kurang mampu melakukan *self judgement* dan 70 % diantaranya kurang mampu melakukan *self reaction*. Terungkap pula mahasiswa yang kurang mampu melakukan *self evaluation*, *causal attribution*, *self satisfaction* dan semuanya (100%) cenderung tidak percaya diri, suka menunda dan menghindari dari tugas, serta bersikap apatis terhadap tugas yang diberikan di masa yang akan datang (*defensive inferences*).

Setelah ditelaah lebih lanjut, diketahui bahwa pada mahasiswa yang mampu melakukan *self regulation* dalam bidang akademik 30,8% menghayati adanya dukungan dari orangtua dan 42,3% menghayati orangtua mereka cukup mendukung dalam meraih prestasi belajar (tabel 2.3). Selain itu 50% dan 42,3% menghayati bahwa teman-teman mereka mendukung dan cukup mendukung mereka dalam meraih prestasi belajar (tabel 2.4). Sedangkan pada mahasiswa yang kurang mampu melakukan *self regulation* dalam bidang akademik didapati bahwa 50% dan 20% diantaranya menghayati kurangnya dan tidak adanya dukungan dari orangtua mereka dalam bidang akademik, kemudian 73,3% dari mereka menghayati kurangnya dukungan dari teman-teman mereka. Hal ini sesuai dengan yang dikatakan oleh Zimmerman (2000 dalam Boekaerts, 2002) bahwa orang-orang yang menilai lingkungannya sebagai suatu yang menunjang perkembangan dirinya akan cenderung lebih efektif dalam meregulasi diri mereka, demikian juga sebaliknya. Hal di atas juga didukung dengan teori perkembangan dari Steinberg (1993) bahwa lingkungan memiliki peran yang besar dalam pencapaian prestasi, salah satunya adalah dukungan dari teman dan orangtua.

V. Kesimpulan Dan Saran

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

- a. Persentase terbesar dari mahasiswa fakultas Psikologi angkatan 2003 yang memiliki IPK dibawah 2,75 Universitas “X” di Bandung kurang mampu melakukan *self regulation* dalam bidang akademik.
- b. Pada mahasiswa yang kurang mampu melakukan *self regulation* dalam bidang akademik, pada umumnya juga kurang mampu dalam fase *forethought*, *performance/volitional control*, serta fase *self reflection*.
- c. Sedangkan pada mahasiswa yang mampu melakukan *self regulation* dalam bidang akademik, pada umumnya mereka juga mampu dalam melakukan fase *forethought*, *performance/volitional control*, serta *self reflection*.
- d. Pada mahasiswa yang kurang mampu melakukan *self regulation* dalam bidang akademik, pada umumnya mereka menghayati kurangnya dukungan dari orangtua dan teman. Sebaliknya, pada mahasiswa yang mampu melakukan *self regulation* dalam bidang akademik mereka menghayati adanya dukungan baik dari orangtua maupun teman.

5.2 Saran

- a. Bagi Fakultas Psikologi dan dosen wali, disarankan untuk dapat meningkatkan *self regulation* pada mahasiswa misalnya melalui training, agar mereka dapat lebih efektif dalam melakukan proses belajar.
- b. Bagi mahasiswa, disarankan untuk dapat saling mendukung antar mahasiswa dalam hal meraih prestasi belajar misalnya dengan belajar bersama. Dan bagi orangtua, disarankan untuk memberikan dukungan dan pengarahan kepada anak-anak.

Daftar Pustaka

Boekaerts, M. Pintrich, P. R, Zeidner, M. 2002. *Handbook of Self-Regulation*. Academic Press.

Masri Singarimbun, Sofian Efendi. 1987. *Metode Penelitian Survei*. Jakarta: LP3ES.

Nazir, M. 1988. *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia

Santrock, John. W. 2002. *A Topical Approach to Life Span Development*. 1th Edition. The McGraw-Hill Companies.

Steinberg, Laurence. 1993. *Adolescence*. 3rd Edition. McGraw-Hill, Inc.

Winkel, W.S, *Psikologi Pengajaran*, Jakarta: PT Gramedia, 1987

Daftar Rujukan

Nawono, Abdiel E. 2005. *Survey Mengenai Kemampuan Behavior Self-Regulation pada Mahasiswa Anak Pendeta di Universitas "X" di Bandung*. Skripsi. Tidak diterbitkan Bandung: Fakultas Psikologi UKM.

Christi, Natasha. 2006. *Suatu Studi Deskriptif Mengenai Optimisme pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Semester V yang Memiliki IPK di Bawah 2,00 di Universitas "X" Bandung*. Skripsi. Tidak diterbitkan. Bandung: Fakultas Psikologi UKM.

<http://www.cnam.fr/autoformation2000/france/page241.htm>