

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sumber daya manusia yang berkualitas sangat penting untuk mewujudkan tingkat kehidupan masyarakat yang lebih baik. Kemajuan suatu bangsa sangat bergantung pada kualitas manusia yang ada di negara tersebut khususnya generasi muda. Salah satu jalur strategis yang dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas manusia yang berkualitas itu adalah jalur pendidikan (Ibrahim dalam Sulistyaningsih, 2005).

Universitas HKBP Nommensen adalah salah satu lembaga pendidikan perguruan tinggi swasta yang ada di Sumatera Utara. Perguruan ini memiliki 10 fakultas yang dapat memberikan wadah bagi setiap mahasiswa agar dapat menggali ilmu sesuai dengan jurusan yang mereka minati. Fakultas psikologi merupakan salah satu fakultas yang ada di Universitas HKBP Nommensen Medan. Kurikulum di Fakultas Psikologi mengutamakan kesetaraan capaian pembelajaran (berorientasi pada mutu pembelajaran). Capaian pembelajaran itu terdiri dari sikap, keterampilan umum, keterampilan khusus, dan penguasaan pengetahuan (Fakultas Psikologi Nommensen, 2017).

Di perguruan tinggi mahasiswa dituntut untuk belajar secara aktif, mandiri dan disiplin dalam mengatur waktu dan proses belajarnya dan mampu mengeksplorasi potensi-potensi yang dimilikinya dalam meningkatkan prestasi akademiknya. Bukan hanya sekedar pihak perguruan tinggi dan dosen saja yang bertanggungjawab untuk meningkatkan pengetahuan dan prestasi belajar mahasiswa tetapi mahasiswa itu sendiri yang sepenuhnya mengambil peran aktif untuk

menentukan hasil prestasi belajarnya. Hal ini berbeda dengan saat mereka masih duduk di tingkat sekolah menengah dan dibawahnya. Mahasiswa juga dituntut untuk dapat menyesuaikan, mengatur dan mengendalikan dirinya termasuk saat menghadapi padatnya aktivitas perkuliahan dan tugas-tugas kuliah yang sulit. Selain itu mahasiswa juga diharapkan memiliki prestasi dalam aktivitas belajarnya, karena melalui prestasi tersebut dapat menunjukkan kualitas dirinya.

Namun demikian, tidak selamanya harapan sesuai dengan kenyataan. Kenyataannya ada beberapa mahasiswa yang tidak mampu mengelola keterampilan proses belajarnya, sehingga karena ketidakmampuan itu mempengaruhi nilai akademiknya (prestasinya). Sebagaimana terlihat di fakultas Psikologi Universitas HKBP Nommensen Medan angkatan 2016. Mahasiswa Fakultas Psikologi Stambuk 2016 adalah mahasiswa fakultas psikologi yang saat ini sedang menjalani proses belajar di semester 6 (VI) yang dihadapkan pada banyaknya beban kuliah yang mereka hadapi, baik itu tentang jadwal kuliah dan praktikum yang padat, tugas kuliah maupun tugas lapangan, membuat laporan praktikum, dan lain sebagainya. Banyaknya tuntutan yang harus dicapai oleh mahasiswa Fakultas Psikologi stambuk 2016 tentu akan direspon secara berbeda oleh setiap mahasiswa. Untuk memenuhi seluruh tuntutan tersebut, bukanlah pekerjaan yang mudah dan harus membutuhkan strategi atau keterampilan khusus. Mahasiswa harus lebih mandiri, aktif, mengambil keputusan yang tepat dan rasional, dan mampu mengeksplorasi potensi-potensi yang dimilikinya. Proses perubahan beban kuliah setiap semesternya mensyaratkan mahasiswa untuk dengan segera melakukan pengelolaan diri dalam belajar. Pengelolaan diri bertujuan agar mahasiswa dapat mengimbangi ritme perkuliahan dengan baik dan maksimal.

Dari fenomena yang peneliti temukan pada mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2016, rata-rata IPK mahasiswa adalah 2,97, dan ada lebih dari 56% mahasiswa yang memiliki

IPK dibawah tiga (3).Berbeda dengan stambuk lainnya diantaranya stambuk 2015 yang mampu menunjukkan performa yang baik dalam bidang akademisnya. Dari data yang diperoleh rata-rata IPK mahasiswa stambuk 2015 mencapai 3,24; dan dari 28 mahasiswa hanya terdapat 4mahasiswa (14%) yang memiliki IPK di bawah 3,0. Hal ini dapat dilihat pada lampiran A tabel 1. Peneliti juga mendapatkan informasi dari salah satu tenaga pengajar (dosen) yang mengatakan bahwa setiap semester indeks prestasi mahasiswa stambuk 2016 Fakultas Psikologi selalu turun. Hal ini juga didukung dari data yang penulis dapatkan dari tata usaha (TU) Fakultas Psikologi dimana dari data tersebut menunjukkan bahwa setiap semesternya indeks prestasi kumulatif (IPK) mereka selalu naik turun dan ada beberapa mahasiswa yang nilai indeks prestasinya turun secara signifikan.Hal ini dapat dilihat pada lampiran A tabel 2. Berdasarkan tabel tersebut dapat lihat bahwa :

- a) Setiap semesternya terlihat bahwa Indeks Prestasi Kumulatif selalu turun yaitu dari 3,33 turun menjadi 3,09; turun lagi menjadi 3,08; turun lagi menjadi 2,99; dan terakhir menjadi 2,97.
- b) Tabel di atas juga memberikan gambaran bahwa dari 46 mahasiswa yang paling banyak mengalami penurunan nilai akademik yang paling signifikan adalah di semester dua (II) yaitu 35 mahasiswa (76,08%).

Hal ini tentu menjadi pemikiran bagi dunia pendidikan dan juga bagi pihak pengajar, mengapa mahasiswa belum dapat mencapai Indeks Prestasi Kumulatif yang maksimal. Hal ini tentu akan sangat berpengaruh terhadap pandangan masyarakat mengenai kualitas mahasiswa yang dilahirkan dari Fakultas Psikologi Universitas HKBP Nommensen Medan. Akibat yang ditimbulkan dari permasalahan tersebut akan berdampak kepada nilai serapnya terhadap kebutuhan sumber daya manusia dalam lapangan pekerjaan. Untuk mengetahui apa faktor

penyebab nilai indeks prestasi mahasiswa tidak stabil setiap semesternya, penulis melakukan wawancara kepada dua mahasiswa yang mengalami penurunan prestasi dan dengan dua mahasiswa yang mampu meningkatkan prestasinya.

(Mahasiswa FS) *“Saya merasakan perbedaan yang sangat luar biasa ka dari semester sebelumnya. Paling banyak tantantangan ya di semester empat dan lima. Jadwal kuliah semakin padat dan jadwal praktikum semakin banyak, ditambah lagi tugas lapangan semakin banyak. Apalagi jadwal kuliah itu khan tidak menentu ka tidak beraturan jamnya, jadi kadang mau satu harian di kampus, karena kalau pulang tanggung karena akan masuk lagi di jam berikutnya. Jadi agak jenuh ka sampai seharian di kampus dan terasa capek. Apalagi sering ada jadwal kuliah yang masuk di jam sore, jadi agak jenuh. Ditambah lagi banyaknya tuntutan dosen tentang tugas baik itu tugas lapangan dan tugas kuliah lainnya sering memberikan tenggat waktu yang sempit.*

(Mahasiswa S) *“ Sangkin banyaknya tugas kuliah saya bingung mau mengerjakan yang mana dulu, selain banyaknya tugas. Aku orangnya gampang jenuh dan susah fokus saat belajar. Motivasiiku memang semakin berkurang akhir-akhir ini didalam belajar, gampang aku merasa bosan akhir-akhir ini mungkin karena makin sulit itu mata kuliahnya dan juga karena padat itu jadwal kuliah dan jadwal praktikum dan tugas lainnya. Apalagi saat praktikum aku kurang percaya diri gitu, sehingga karena masalah itu mempengaruhi nilai tugasku dan nilai IPK ku.*

Dari hasil wawancara dengan dua orang angkatan 2016 yang mengalami penurunan nilai prestasi akademik mengakui bahwa salah satu faktor penyebab menurunnya indeks prestasi akademik mereka adalah karena mereka mempersepsikan bahwa setiap semester mata kuliah memiliki tingkat kesulitan akademik yang lebih tinggi, jadwal kuliah dan jadwal praktikum semakin banyak, tugas lapangan semakin banyak. Hal itu membuat mahasiswa sering merasa kelelahan dan merasa jenuh, hingga membuat motivasi belajarnya menurun.

Berdasarkan data Indeks Prestasi dan hasil wawancara di atas mengindikasikan bahwa mahasiswa yang memiliki indeks prestasi yang rendah dan tidak stabil adalah karena kurangnya kemampuan dan keterampilan mahasiswa dalam menerapkan strategi belajarnya untuk mencapai hasil belajar yang baik. Ginting (2003) menyatakan untuk mendapatkan prestasi akademis yang memuaskan diperlukan adanya kesiapan belajar di perguruan tinggi yang mencakup kesiapan mental dan keterampilan belajar.

Salah satu keterampilan belajar yang mempunyai peran penting dalam menentukan kesuksesan di perguruan tinggi adalah kemampuan meregulasi diri dalam belajar atau disebut juga dengan *self-regulated learning*. *Self-regulated learning* membantu seseorang untuk mendapatkan hasil belajar yang lebih baik dan maksimal (Mulyadi, 2016). Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Zimmerman dan Martinez-Pons (1989) dimana dalam penelitian itu ditemukan bahwa individu yang menggunakan strategi *self-regulated learning* dengan baik akan memiliki prestasi akademik yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang tidak menggunakan strategi *self-regulated learning*. Individu yang memiliki *self-regulated learning* adalah individu yang mampu meningkatkan metakognisi, motivasi dan perilakunya dalam proses belajar mereka. Individu tersebut dengan sendirinya memulai usaha belajar mereka secara langsung untuk memperoleh pengetahuan dan keahlian yang mereka inginkan.

Zimmerman (1990) mengemukakan strategi *self-regulated learning* yang dapat dilakukan oleh mahasiswa dalam mencapai tujuan belajarnya antara lain penetapan tujuan dan perencanaan (*goal setting and planning*), mengorganisasi dan mentransformasi materi perkuliahan (*organizing and transforming*), mengatur lingkungan belajar (*environment structuring*), merekam dan memantau kejadian/ hasil belajar (*keeping record and monitoring*), mengulang dan mengingat materi perkuliahan (*rehearsing and memorizing*), pemberian reward dan punishment pada diri sendiri (*self-consequating*), mencari bantuan dari lingkungan sosial (*seeking social assistance*), evaluasi diri (*self-evaluating*), mencari informasi (*seeking information*).

Hal ini senada dengan perilaku mahasiswa yang mampu meningkatkan prestasinya. Dimana dari hasil wawancara penulis dengan dua mahasiswa tersebut mengakui bahwa memang seiring dengan semakin tingginya tingkat semester bobot tantangan yang dihadapi memang semakin besar, namun untuk menghadapi tantangan itu mereka mengatakan bahwa usaha atau

upaya yang mereka lakukan untuk menghadapi tantangan dan kesulitan adalah mengatur waktu belajar dengan sebaik mungkin, misalnya tidak menunda-nunda tugas kuliah dan rajin mencatat apa yang disampaikan dosen pada saat kuliah, melakukan review materi kuliah sebelum menghadapi ujian, serta jika ada tugas yang sulit berdiskusi ke teman serta rajin mengulang topik kuliah yang sudah dipelajari.

(Mahasiswa K) “*Saya memang merasakan perbedaan yang jauh dari semester sebelumnya yaitu semakin padat jadwal kuliah dan semakin sulit mata kuliahnya ditambah lagi lumayan banyak tugas lapangan. Untuk menghadapi itu aku menjaga kesehatanku, dan lebih mengubah pola belajarku, semakin berusaha keras untuk bisa mendapatkan nilai yang baik ya caranya aku sering membuat catatan-catatan kecil tentang isi mata kuliah yang telah dipelajari, kemudian membaca bahan yang akan dipelajari sesuai dengan topik di kontrak kuliah, dan mengatur waktu belajarku dengan sebaik mungkin. Kalau ada tugas langsung dikerjakan dengan sebaik mungkin”.*

(Mahasiswa O) “*Sebenarnya kalau dibilang lebih sulit mata kuliahnya tidak ka, sama saja. Jadwal praktikum juga kayaknya lebih padat di semester empat. Cuma memang jadwal kuliahnya semakin padat ka dan juga tugas lapangan semakin banyak. Jadwal kuliah mau sampai malam di kampus. Usahaku menghadapi itu semua ya mengatur waktuku dengan baik, jika ada tugas yang sulit bertanya sama kawan atau kaka senior, dan aku mulai membuat catatan kecil kayak rangkuman gitu kalau mau ujian.*

Perilaku mahasiswa di atas mengindikasikan bahwa mereka memiliki strategi *self-regulated learning* yang baik yang ditandai dengan perilaku mampu mengatur waktu belajar dengan sebaik mungkin, rajin mencatat apa yang disampaikan dosen pada saat kuliah, melakukan review materi kuliah sebelum menghadapi ujian, berdiskusi ke teman, serta rajin mengulang topik kuliah yang sudah dipelajari.

Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa *self-regulated learning* memiliki kontribusi yang sangat penting bagi peningkatan kinerja belajar mahasiswa. *Self-regulated learning* melibatkan komponen kognitif, afektif, motivasi, dan perilaku dan memungkinkan individu menyelesaikan tujuan dan usaha mereka untuk mencapai hasil belajar yang diinginkan, sesuai tuntutan lingkungan yang terus mengalami perubahan (Darmiany, 2016). *Self-regulated*

learning memiliki pengaruh positif terhadap prestasi belajar mahasiswa. *Self-regulated learning* mampu meningkatkan motivasi dan rasa percaya diri mahasiswa dan cenderung lebih aktif (Midjayanti, 2018).

Self-regulated learning adalah prediktor utama untuk meningkatkan hasil belajar akademis mahasiswa. Salah satu aspek *self-regulated learning* yaitu aspek metakognitif dianggap yang paling penting dalam mempengaruhi prestasi mahasiswa. Keterampilan metakognitif membantu mahasiswa mengatur kemampuannya dalam merencanakan, memantau dan mengevaluasi kinerja mereka (Kosnin, 2007; Mahendiran, 2017). Individu akan mengalami penambahan prestasi yang signifikan di dalam lingkungan belajar bila mampu meningkatkan. *Self-regulated learning* merupakan salah satu dasar untuk mencapai kesuksesan (Vrieling, 2012; Supriyanto, 2015).

Alotaibi (2017) dalam penelitiannya terhadap mahasiswa Arab Saudi di bidang kemampuan bahasa Inggris dan matematika, menemukan bahwa ada hubungan yang signifikan dan positif antara *self-regulated learning* dengan pencapaian akademik mahasiswa. Hal ini juga didukung dari hasil penelitian eksperimen yang dilakukan oleh Fasikhah dan Fatimah (2013), dimana dalam hasil penelitiannya itu menemukan bahwa, kelompok yang diberi pelatihan SRL (*Self-Regulated Learning*) memiliki prestasi akademik lebih tinggi dibandingkan kelompok yang tidak diberi pelatihan SRL (*Self-Regulated Learning*).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Darmiany (2016) terhadap mahasiswa PGSD Semester II Universitas Mataram juga menemukan bahwa apabila mahasiswa memiliki *self-regulated* yang tinggi maka akan mempengaruhi tingginya usaha untuk mendapatkan nilai indeks prestasi yang tinggi. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Graham dan Harris (Latipah, 2010)

juga menemukan bahwa memang terdapat korelasi positif yang sangat signifikan antara prestasi akademik dengan penggunaan penggunaan strategi *self-regulated learning*.

Individu yang memiliki *self-regulated learning* yang baik, akan memiliki inisiatif dan ketekunan dan keterampilan dalam proses belajarnya, sehingga tujuan dan hasil belajar lebih optimal. Apabila mereka mengalami kesulitan dalam proses belajarnya, misalnya sulit memahami materi perkuliahan, sulit menyelesaikan tugas kuliah, mereka tidak akan langsung menyerah melainkan mereka akan mengevaluasi cara belajarnya dan lebih memperbaiki strategi belajarnya (Mulyadi, 2016). Sementara mahasiswa yang memiliki *self-regulated learning* rendah tidak mampu mengorganisasikan dan mengatur diri sendiri, sehingga mahasiswa dengan *self-regulated learning* yang rendah cenderung memiliki perilaku belajar yang asal-asalan, tidak memiliki perencanaan dan tujuan yang jelas dalam belajar(Wangid, 2006 dalam Darmiany, 2016).

Self-regulated learning sangat bermanfaat dalam pencerminan kemampuan individu yaitu selama awal pembelajaran, pemecahan kesulitan, dan selama pembelajaran(Paris, 2001). Mahasiswa yang memiliki *self-regulated learning* memiliki kebiasaan belajar yang teratur serta mampu menerapkan strategi belajarnya untuk mencapai hasil yang baik sehingga dapat mengurangi stress akademik yang dialami (Montalvo dan Torres 2004).

Berdasarkan latarbelakang yang telah diuraikan di atas tentang fenomena yang terjadi pada mahasiswa fakultas Psikologi Universitas HKBP Nommensen angkatan 2016, membuat peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana *self-regulated learning* mahasiswa stambuk 2016 Fakultas Psikologi Universitas HKBP Nommensen Medan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latarbelakang masalah di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah *self-regulated learning* mahasiswa fakultas psikologi stambuk 2016 Universitas HKBP Nommensen sudah optimal?”

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan pada rumusan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk “mendeskripsika *self-regulated learning* masiswa Fakultas Psikologi Sambuk 2016 Universitas HKBP Nommensen”.

1.4. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan akan memberikan manfaat dan kegunaan sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Dapat menambah wawasan pengetahuan dalam bidang psikologi pendidikan mengenai *self-regulated learning* mahasiswa.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi pihak lembaga pendidikan dan tenaga pengajar dapat menghasilkan suatu gambaran mengenai dinamika belajar mahasiswa setiap semesternya, serta dapat dijadikan landasan untuk memotivasi mahasiswa yang kurang mampu mengoptimalkan *self-regulated learning*-nya dengan baik.

b. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan di dalam proses pembelajaran untuk mengetahui besarnya manfaat *self regulated learning* pada peningkatan prestasi akademik mahasiswa.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Self-Regulated Learning

2.1.1 Pengertian Self-Regulated Learning

Menurut Zimmerman *self-regulated learning* adalah sebuah konsep mengenai bagaimana mahasiswa memiliki strategi untuk mengaktifkan metakognisi, motivasi dan tingkah laku dalam proses belajar mereka sendiri. Dalam hal proses metakognitif, peserta didik merencanakan sendiri proses belajarnya, menetapkan tujuan, mengatur, memantau diri sendiri, dan mengevaluasi diri. Dalam hal proses motivasi, peserta didik memiliki efikasi diri yang tinggi, atribusi-diri, dan minat dalam penyelesaian tugas, menunjukkan usaha dan kegigihan yang luar biasa selama belajar. Dalam proses perilaku peserta didik memilih, menyusun, dan menciptakan lingkungan untuk mengoptimalkan proses belajarnya, mencari saran, informasi, dan tempat-tempat di mana mereka paling mungkin belajar (Zimmerman, 1989; Zimmerman,

1990; Zimmerman & Martinez-Pons, 1990). Sementara menurut Pintrich & de Groot (dalam Mulyadi, 2016) menjelaskan bahwa terdapat beberapa macam definisi *self-regulated learning*.

Terdapat tiga komponen penting yang berkaitan dengan kegiatan belajar di kelas. Ketiga komponen tersebut adalah sebagai berikut:

1. Strategi mahasiswa untuk merencanakan, memantau dan memodifikasi kognisi mereka.
2. Cara mahasiswa mengelola dan mengontrol usaha mereka dalam tugas-tugas akademik.
Contoh: mahasiswa yang mampu menekuni atau menyerah pada tugas-tugas yang sukar atau mampu menghindari gangguan-gangguan, akan dapat mempertahankan dorongan untuk menyelesaikan tugas-tugas-tugas sehingga memungkinkan mereka berprestasi lebih baik.
3. Strategi kognisi yang digunakan untuk belajar, mengingat dan memahami materi pelajaran.

Pratiwi (dalam Supriyanto, 2015) menyebutkan bahwa *self-regulated learning* merupakan dasar kesuksesan belajar, problem solving, transfer belajar, dan kesuksesan akademis secara umum. Pada intinya *self-regulated learning* adalah usaha untuk memonitor, meregulasi, dan mengontrol aspek metakognisi, motivasi, dan perilaku individu dalam proses belajar. Bandura mendefinisikan bahwa *self-regulated learning* sebagai suatu keadaan dimana individu yang belajar sebagai pengendali aktivitas belajarnya sendiri, memonitor motivasi dan tujuan akademik, mengelola sumber daya manusia dan benda, serta menjadi perilaku dalam proses pengambilan keputusan dan pelaksana dalam proses belajar (Fasikhah, 2013).

Menurut Winne (dalam Santrock, 2007) *self-regulation learning* bertujuan untuk memperluas pengetahuan dan menjaga motivasi, menyadari keadaan emosi mereka dan punya strategi untuk mengelola emosinya, secara periodik memonitor, menyesuaikan atau memperbaiki

strategi belajar berdasarkan kemajuan yang mereka buat, mengevaluasi hambatan yang mungkin muncul dan melakukan adaptasi yang diperlukan.

Berdasarkan pendapat beberapa para ahli di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa *self-regulated learning* adalah usaha aktif dan mandiri mahasiswa dalam mengatur proses belajarnya baik secara metakognitif, secara motivasional dan juga secara perilaku.

2.1.2. Faktor yang Mempengaruhi *Self-regulated Learning*

Zimmerman (1989) berpendapat bahwa menurut teori sosial kognitif terdapat tiga hal yang mempengaruhi seseorang sehingga melakukan *self-regulated learning*, yaitu:

a) Individu

Yang termasuk dalam faktor individu antara lain: pengetahuan individu semakin banyak dan beragam sehingga membantu individu melakukan *self-regulated learning* tingkat kemampuan metakognisi individu semakin tinggi sehingga dapat membantu individu melakukan *self-regulated learning*, tujuan yang ingin dicapai, artinya semakin tinggi dan kompleks tujuan yang ingin diraih, semakin besar kemungkinan untuk melakukan *self-regulated learning*.

b) Perilaku

Fungsi perilaku adalah membantu individu menggunakan segala kemampuan yang dimilikinya dengan lebih optimal. Ada tiga tahap perilaku yang berkaitan dengan *self-regulated learning* yaitu *self-observation*, *self-judgement*, *self-reaction*. Apabila dikaitkan dengan *self-regulated learning* dapat dibedakan menjadi tiga, yaitu *behavior self-reaction* yaitu individu berusaha seoptimal mungkin dalam belajar, *personal self-reaction* ialah individu berusaha meningkatkan proses yang ada dalam dirinya pada saat belajar dan

environmental self reaction yakni individu berusaha merubah dan menyesuaikan langkah belajar sesuai dengan kebutuhan.

c) Lingkungan

Lingkungan dapat mendukung atau menghambat mahasiswa dalam melakukan aktivitas belajar. Adapun pengaruh lingkungan bersumber dari luar diri pembelajar, dan ini bermacam-macam wujudnya. Pengaruh lingkungan ini berupa *social and enactive experience*, dukungan sosial seperti dari tenaga pengajar, teman, maupun berbagai bentuk informasi literature dan simbolik lainnya, serta struktur konteks belajar, seperti karakteristik tugas dan situasi akademik.

Menurut Stone, Schunk & Swartz (dalam Fasikah, 2013) *self-regulated learning*, dipengaruhi oleh tiga faktor utama, yaitu keyakinan diri (*self-efficacy*), motivasi dan tujuan.

1. *Self-efficacy*

Self-efficacy mengacu pada kepercayaan seseorang tentang kemampuan dirinya untuk belajar atau melakukan ketrampilan pada tingkat tertentu.

2. Motivasi

Motivasi merupakan sesuatu yang menggerakkan individu pada tujuan, dengan harapan akan mendapatkan hasil dari tindakannya itu dan adanya keyakinan diri untuk melakukannya.

3. Tujuan

Tujuan merupakan kriteria yang digunakan individu untuk memonitor kemajuan belajarnya.

2.1.3. Karakteristik Individu yang Memiliki *Self-Regulated Learning*

Sikap mahasiswa yang memiliki *self-regulated learning* dapat diamati dari tindakan atau perbuatan yang mengarah pada tercapainya tujuan belajar. Ada beberapa karakteristik mahasiswa yang memiliki *self-regulated learning* tinggi Zimmerman, 1998), antara lain :

1. Terbiasa menggunakan strategi kognitif (pengulangan, elaborasi, dan organisasi) yang dapat membantu siswa dalam mengikuti proses pembelajaran.
2. Mampu merencanakan, mengontrol, dan mengarahkan perilaku serta emosi yang dimilikinya untuk mencapai tujuan personal yang sudah direncanakan.
3. Menunjukkan motivasi dan emosi yang adaptif, yang digambarkan melalui tingginya keyakinan diri secara akademik, memiliki tujuan belajar, mengembangkan emosi positif terhadap tugas, memiliki kemampuan untuk mengontrol dan memodifikasinya, serta menyesuaikan diri dengan tuntutan tugas dan masalah akademik yang dihadapi.
4. Mampu merencanakan, mengontrol waktu, memiliki usaha terhadap penyelesaian tugas, mengerti bagaimana menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan, seperti mencari tempat belajar yang sesuai atau mencari bantuan dari guru dan teman jika menemui kesulitan.
5. Menunjukkan usaha yang besar untuk berpartisipasi dalam mengontrol, mengatur tugas-tugas akademik, iklim dan struktur belajar.
6. Mampu melakukan strategi disiplin, yang bertujuan menghindari gangguan internal dan eksternal, menjaga konsentrasi, usaha, dan motivasi selama menyelesaikan tugas.

Seorang pelajar dapat dikatakan telah melakukan *self-regulated learning* apabila pelajar tersebut telah mengatur tingkah laku dan kognisinya secara sistematis, memproses dan mengintegrasikan pengetahuan, mengulang informasi untuk diingat, mengembangkan dan

mempertahankan belief yang positif tentang kapasitas pembelajaran, serta mampu mengantisipasi hasil (*outcome*) dari tindakan-tindakan yang telah mereka lakukan (Ajisuksmo, dalam Supriyanto 2015).

Zimmerman (dalam Supriyanto 2015) menyebutkan bahwa salah satu karakteristik mahasiswa yang mempunyai kapasitas *self-regulation* yaitu:

- a. Mereka mampu mengevaluasi dan menyadari apakah mereka memiliki kemampuan tertentu atau tidak.
- b. Individu yang mempunyai *self-regulation* akan secara proaktif mencari informasi ketika mereka membutuhkan dan kemudian akan melakukan langkah selanjutnya agar dapat memahami informasi tersebut.
- c. Pada saat menghadapi berbagai hambatan, seperti kondisi belajar yang buruk, dosen yang membingungkan dalam mengajar, atau kesulitan memahami buku teks, mahasiswa yang mempunyai keterampilan *self-regulation* akan mampu mencari jalan keluar agar dapat sukses.

Zimmerman (Sitepu dalam Supriyanto 2015) juga menambahkan bahwa individu yang memiliki *self-regulated learning* merupakan individu yang aktif secara metakognisi, motivasi, dan perilaku didalam proses belajarnya. *Self-regulated learning* adalah individu yang mampu menentukan tujuan dan menggunakan strategi yang tepat untuk mencapai tujuan belajar.

2.1.4. Aspek – Aspek *Self-Regulated Learning*

Thoresen dan Mahoney (dalam Zimmerman, 1989; Zimmerman, 2008) memaparkan dari perspektif sosial-kognitif, bahwa keberadaan *self-regulated learning* ditentukan oleh tiga aspek yaitu kognisi, motivasi, dan perilaku.

1. Aspek Metakognisi.

Metakognisi dalam *self-regulated learning* adalah kemampuan individu dalam merencanakan, menetapkan tujuan, mengatur, memonitor diri, dan mengevaluasi diri pada berbagai sisi selama proses penerimaan. Perilaku metakognisi mahasiswa ditandai dengan: mampu menetapkan tujuan dan perencanaan (*goal setting and planning*), mengatur dan mengubah strategi belajar (*organizing and transforming*), mengulang dan mengingat materi kuliah (*rehearsing and memorizing*.)

2. Aspek Motivasi

Motivasi dalam *self-regulated learning* yaitu penuh dengan tujuan untuk memulai sesuatu, mempersiapkan tugas berikutnya ataupun menyelesaikan aktivitas tertentu yang sesuai dengan tujuan yang telah ditargetkan. Ada beberapa yang termasuk dalam kategori motivasi yaitu adalah reaksi evaluasi diri (*self-evaluation reactions*) dan konsekuensi diri (*self-consequences*). Dalam hal proses motivasi, peserta didik yang memiliki *self-regulated learning* memiliki efikasi diri yang tinggi, atribusi-diri, minat dalam penyelesaian tugas, dan menunjukkan usaha dan kegigihan yang luar biasa selama belajar.

Motivasi merupakan salah satu unsur dalam mencapai prestasi belajar yang optimal. Dalam kegiatan belajar motivasi merupakan faktor psikis yang berperan dalam menumbuhkan gairah, perasaan dan semangat untuk belajar. Makin kuat motivasi seseorang makin kuat usaha untuk mencapai tujuan (dalam Khodijah, 2017).

Motivasi memiliki beberapa aspek (Santrock, 2009), yaitu:

- a) Atribusi, yaitu kemampuan untuk mengungkap penyebab yang mendasari kinerja dan perilaku.
- b) *Mastery motivation*, yaitu kemampuan menguasai tugas, afek positif, dan strategi berorientasi solusi.

- c) *Self-efficacy* yaitu keyakinan dapat menguasai situasi dan memberikan hasil positif terhadap aktivitas belajarnya.
- d) Penetapan tujuan, perencanaan, dan pemantauan diri.
- e) Ekspektasi yaitu kepercayaan mengenai kemungkinan meraih kesuksesan dalam sebuah aktivitas, berdasarkan tingkat kemampuan saat ini dan kondisi eksternal yang bisa membantu atau menghambat performa. Ekspektasi mempengaruhi seberapa besar usaha siswa dan prestasinya.

2. Aspek Perilaku (*behavioral*)

Dalam aspek perilaku peserta didik memilih, menyusun, dan menciptakan lingkungan untuk mengoptimalkan proses belajarnya, mencari saran, informasi, dan tempat-tempat di mana mereka paling mungkin memungkinkan untuk belajar. Ada beberapa yang termasuk pada aspek perilaku yaitu mampu mengatur lingkungan belajar dengan baik dan menarik (*environmental structuring*); selalu menyimpan catatan dan memantaunya (*keeping records and monitoring*); mampu mencari dukungan dari orang sekitar saat mengalami kesulitan dalam aktivitas belajar (*seeking social assistance*).

Zimmerman, Bonner, dan Kovach (Monica dalam Supriyanto, 2015), menjelaskan ada empat tahapan siklus *self-regulation* yaitu:

1. *Self-Evaluation and Monitoring*

Pada tahap ini, pelajar mengevaluasi efektivitas kinerja belajarnya. Keefektivan ini dapat dinilai melalui pengamatan dan pencatatan kinerja sebelumnya dan hasil belajar yang telah diperoleh. Tahap ini melibatkan evaluasi seseorang pada saat belajar atau mengerjakan tugas.

2. *Goal Setting and Strategic Planning*

Pada fase ini, pelajar dituntut untuk menganalisis tugas belajar, menetapkan tujuan belajar tertentu, dan membuat rencana atau memperbaiki strategi untuk mencapai tujuan (*goal*).

3. *Strategy-Implementation Monitoring*

Pada tahap ketiga, yaitu tahap *Strategy implementation monitoring*, pelajar mencoba melaksanakan strategi belajar dalam konteks yang terstruktur dan memantau keakuratan pengimplementasiannya.

4. *Strategic-Outcome Monitoring*

Dalam tahap terakhir proses *self-regulaion*, pelajar dituntut untuk memantau dan menilai hubungan antara hasil belajar dan keefektivan strategi belajar. Pelajar juga memonitor kemajuan saat mereka mengerjakan tugas secara menyeluruh, mengelola emosi yang mengganggu serta menyesuaikan kembali strategi-strategi belajar yang tepat untuk mendorong kesuksesan.

2.1.5. Strategi *Self-Regulated Learning*

Menurut Zimmerman (1989) strategi *self-regulated learning* terdiri dari beberapa kategori yaitu:

a. *Self-evaluating*

Mengevaluasi kualitas tugas atau kemajuan dari tugas dan belajar yang sudah dilaksanakan, pemahaman terhadap lingkup kerja atau usaha yang dilakukan dalam melakukan tuntutan tugas.

b. *Organizing and transforming*

Yaitu adanya keinginan mahasiswa dalam mengatur ulang materi petunjuk untuk mengembangkan proses belajarnya. Artinya mampu menyusun kembali materi yang sudah diterima dan ditulis kembali agar mudah untuk dipahami.

c. *Goal-setting and planning*

Yaitu menetapkan tujuan dan perencanaan untuk mencapai tujuan pendidikan. Artinya mampu mengatur tujuan dan rencana untuk mengurutkan prioritas, pengaturan waktu dalam menyelesaikan tugas.

d. *Seeking information*

Yaitu mencari informasi yang berkaitan dengan tugas dari sumber-sumber lain dalam mengerjakan tugas. Artinya adanya usaha mahasiswa untuk mendapatkan informasi sesuai dengan tugas yang dikerjakan dari sumber referensi lainnya.

e. *Keeping records and monitoring*

Usaha yang dilakukan untuk mencatat hal-hal penting dalam pelajaran maupun dari hasil diskusi.

f. *Environment structuring*

Yaitu upaya individu untuk mengatur lingkungan belajarnya agar membuat kegiatan belajarnya lebih nyaman, dengan mengatur lingkungan fisik maupun psikologis.

g. *Self-consequating*

Yaitu adanya upaya individu dalam mempersiapkan atau membayangkan dan melaksanakan ganjaran atau hukuman untuk kesuksesan.

h. *Rehearsing and memorizing*

Yaitu usaha untuk mengulang dan mengingat materi bidang studi.

i. *Seeking social assistance*

Usaha meminta bantuan dari teman sebaya dosen dan orang lain apabila menemui kesulitan dalam belajar.

j. *Reviewing records*

Yaitu upaya individu untuk membaca kembali catatan ulangan atau buku teks. Usaha membaca kembali catatan untuk mempelajari yang sudah didapatkan untuk belajar atau persiapan ujian.

k. *Other*

Yaitu tingkah laku belajar dengan mencontoh cara belajar oleh orang lain seperti guru, teman dan orangtua, keinginan yang kuat atau mengekspresikan secara lisan atau secara tulisan hal-hal yang belum jelas.

Dari keterangan di atas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang memiliki *self-regulated learning* yang tinggi ditandai dengan perilaku:

- a) Mampu menentukan tujuan belajar, prioritas, waktu dan aktivitas yang berhubungan dengan belajar
- b) Mengatur dan mengubah materi perkuliahan menjadi lebih sederhana
- c) Mengatur lingkungan tempat belajar
- d) Merekam kejadian atau hasil belajar
- e) Mengulang dan mengingat materi perkuliahan
- f) Menyiapkan reward dan punishment untuk kesuksesan atau kegagalan belajar

- g) Mencari bantuan teman dan dosen
- h) Mengevaluasi kualitas dan kemajuan belajar

2. 2.Fakultas Psikologi Universitas HKBP Nommensen

Fakultas Psikologi merupakan salah satu fakultas yang ada di Universitas HKBP. Sejak berdirinya Fakultas Psikologi Universitas HKBP Nommensen, pihak Fakultas terus membenahi diri untuk menuju arah perbaikan, seperti melaukan pembenahan kurikulum. Kurikulum di Fakultas Psikologi mengutamakan kesetaraan capaian pembelajaran (berorientasi pada mutu pembelajaran). Capaian pembelajaran itu terdiri dari sikap, keterampilan umum, keterampilan khusus, dan penguasaan pengetahuan. Kurikulum ini terdiri dari 5 kelompok mata kuliah, dengan total SKS yang ditawarkan adalah 167 SKS. Pengelompokan mata kuliah tersebut adalah sebagai berikut (Fakultas Psikologi, 2017):

1. Mata kuliah Pengembangan Kepribadian (MPK), adalah kelompok bahan kajian dan pelajaran untuk mengembangkan manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan berbudi pekerti luhur, berkepribadian mantap dan mandiri serta mempunyai rasa tanggungjawab kemasyarakatan dan kebangsaan. MPK terdiri dari 6 (enam) mata kuliah dengan jumlah SKS =13 SKS
2. Mata kuliah Keilmuan dan Keterampilan (MKK), adalah kelompok bahan kajian dan pelajaran yang ditujukan untuk memberikan landasan penguasaan ilmu dan keterampilan tertentu. MKK terdiri dari 23 (dua puluh tiga) mata kuliah dengan jumlah SKS = 60 SKS
3. Mata kuliah Keahlian Berkarya (MKB), adalah kelompok bahan kajian dan pelajaran yang bertujuan menghasilkan tenaga ahli dengan kekaryaan berdasarkan ilmu dan keterampilan yang dikuasai. MKB ini terdiri dari 22 (dua puluh dua) mata kuliah dengan jumlah SKS = 49 SKS.

4. Mata kuliah Perilaku Berkarya (MPB), adalah kelompok bahan kajian dan pelajaran yang diperlukan untuk membentuk sikap dan perilaku yang diperlukan seseorang dalam berkarya yang menuntut tingkat keahlian berdasarkan ilmu dan keterampilan yang dikuasai. MPB ini terdiri dari 6 (enam) mata kuliah dengan SKS = 17 SKS.
5. Mata kuliah Berkehidupan Bermasyarakat (MBB), adalah kelompok bahan kajian dan pelajaran yang diperlukan seseorang untuk dapat memahami kaidah berkehidupan bermasyarakat sesuai dengan pilihan keahlian dalam berkarya. MBB terdiri dari 12 (dua belas) mata kuliah dengan jumlah SKS = 26 SKS.

Evaluasi studi di Fakultas Psikologi didasarkan pada Indeks Prestasi Kumulatif (IPK). Besarnya beban studi mahasiswa dalam suatu mata kuliah dinyatakan dalam satuan nilai disebut satuan kredit semester (SKS). Berikut ini ketentuan jumlah beban SKS maksimal yang dapat diambil sesuai dengan IP semester:

- a. $IP \geq 3,00$ Maksimal 24 SKS
- b. $IP 2,50-2,99$ Maksimal 21SKS
- c. $IP 2,00 - 2,49$ Maksimal 18 SKS
- d. $IP 1,50-1,99$ Maksimal 15 SKS
- e. $\leq 1,50$ Maksimal 12 SKS

Selain banyaknya jumlah SKS yang wajib diselesaikan oleh mahasiswa, Fakultas Psikologi juga memiliki tuntutan akademik, yaitu mahasiswa harus merencanakan secara mandiri mata kuliah yang akan ditempuh selama satu semester kedepan, jadwal kuliah disesuaikan dengan mata kuliah yang dikontrak. Fakultas Psikologi memiliki tuntutan akademik yang tinggi setiap semesternya terhadap mahasiswanya, yaitu menyelesaikan tugas, diskusi kelompok,

membuat makalah, praktikum, tugas lapangan, membuat laporan praktikum, magang dan penelitian.

2. 3 Kerangka Berpikir

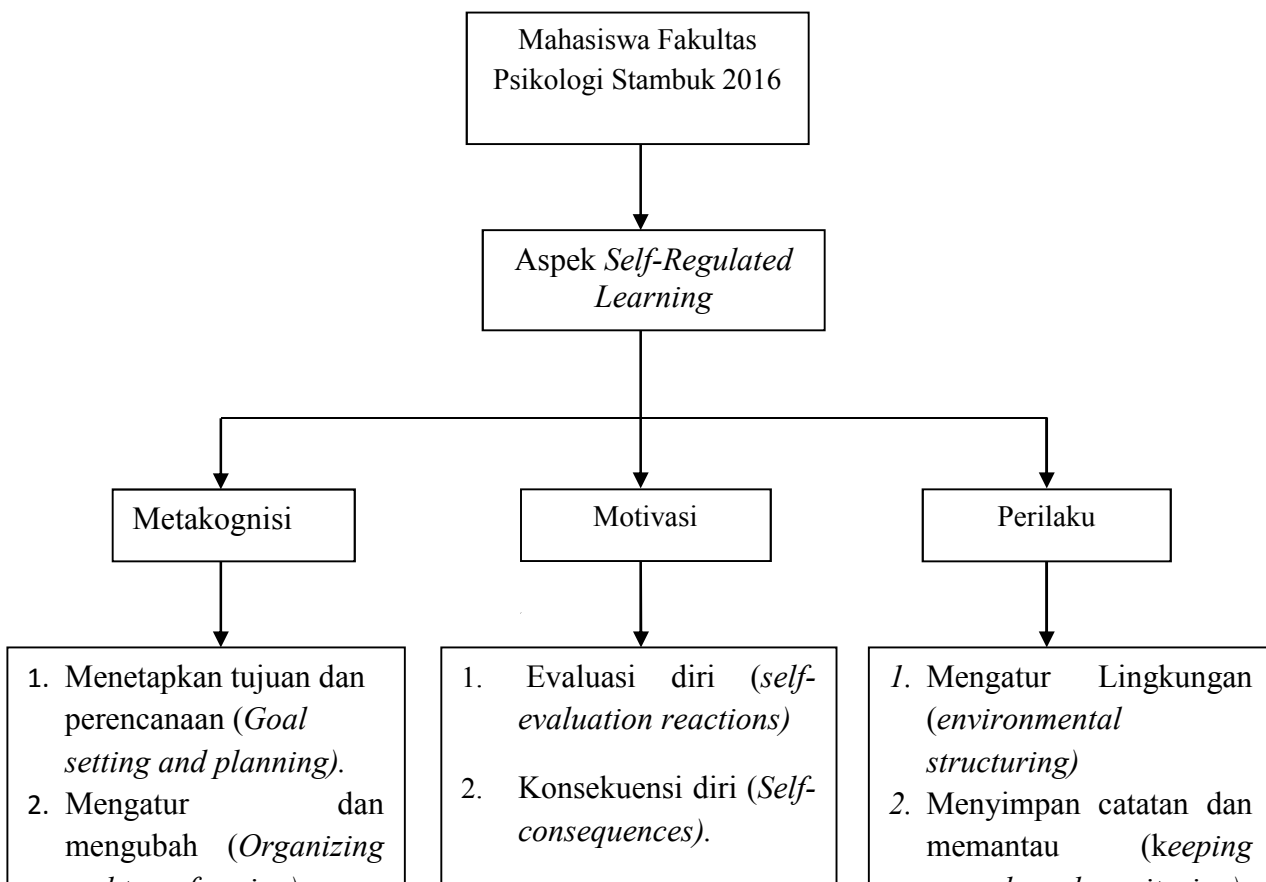
Dalam prose belajar di Universitas, mahasiswa tidak bisa hanya mengandalkan tenaga pengajar dalam proses belajarnya. Mahasiswa dituntut proaktif dalam kegiatan belajarnya dan tidak hanya menerima informasi yang diberikan oleh pengajar saja, namun mahasiswa harus juga aktif untuk mencari informasi tambahan dan sumber-sumber lainnya. Untuk menunjang kegiatan perkuliahan, mahasiswa perlu mengembangkan kemampuan untuk mengelola diri dalam aktivitas belajarnya atau yang biasa disebut *self-regulated learning*.

Self-regulated learning adalah kemampuan individu mengelola proses belajarnya metakognitif, motivasi, dan perilakunya demi tercapainya tujuan belajar yang baik (Zimmerman, 1989). Metakognisi memainkan peranan penting bagi mahasiswa guna mendapatkan pemahaman yang maksimal dalam belajar dan mendapatkan hasil belajar yang juga maksimal. Semakin baik Metakognitif mahasiswa maka hasil belajarnya akan semakin optimal, dan sebaliknya ketika kemampuan metakognitif mahasiswa kurang, maka hasil belajarnya juga tidak akan optimal. Metakognisi memberikan dorongan yang besar untuk mendapatkan IP (Indeks Prestasi) yang maksimal (Zimmerman & Martinez-Pons, 1990; Kosnin, 2000; Paris, 2011).

Menurut aspek regulasi motivasi, mahasiswa yang memiliki *self-regulated learning* yang baik akan mampu meningkatkan motivasi dan perilakunya saat belajar dan cenderung lebih aktif untuk memperoleh hasil belajar yang baik. Dalam kegiatan belajar motivasi merupakan faktor psikis yang berperan dalam menumbuhkan gairah, perasaan dan semangat untuk belajar. Makin kuat motivasi seseorang makin kuat usaha untuk mencapai tujuan (Zimmerman, 1989; Zimmerman & Martinez-Pons, 1990; Khodijah, 2017; Midjayanti and Fauzi, 2018).

Dari segi aspek *behavioral* mahasiswa yang memiliki *self-regulated learning* akan mampu menyeleksi, menyusun, dan menata lingkungan agar lebih optimal dalam belajar. Individu yang memiliki *self-regulated learning* yang baik, akan memiliki inisiatif dan ketekunan dan keterampilan dalam proses belajarnya, sehingga tujuan dan hasil belajar lebih optimal (Zimmerman & Martinez-Pons, 1990; Alotaibi, 2017; Montalvo, 2004; Sunawan, 2016).

Ada beberapa yang termasuk dalam kategori metakognisi antara lain penetapan tujuan dan perencanaan (*goal setting and planning*), mengorganisasi dan mentransformasi materi perkuliahan (*organizing and transforming*), serta mengulang dan mengingat materi perkuliahan (*rehearsing and memorizing*). Sementara kategori yang termasuk dalam aspek motivasi yaitu pemberian reward dan punishment pada diri sendiri (*self-consequating*), dan evaluasi diri (*self-evaluating*). Dalam aspek perilaku kategori perilaku yang ditunjukkan adalah: mengatur lingkungan belajar (*environment structuring*), merekam dan memantau kejadian/ hasil belajar (*keeping record and monitoring*), mencari bantuan dari lingkungan sosial (*seeking social assistance*).



Gbr. Kerangka Berpikir

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Identifikasi Variabel Penelitian

Penelitian ini, menggunakan metode penelitian kuantitatif. Menurut Sugiono (2008), metode kuantitatif adalah pendekatan ilmiah yang memandang suatu realitas itu dapat diklasifikasikan, konkrit, teramati, terukur, hubungan variabelnya bersifat sebab akibat dimana data penelitiannya berupa angka-angka dan analisisnya menggunakan statistik. Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif yang dilakukan untuk mengetahui nilai variabel mandiri (independen). Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah "*Self-Regulated Learning*".

3.2 Definisi Operasional Variabel Penelitian

Self-regulated-learning adalah persepsi tentang kemampuan mahasiswa dalam memonitor, memantau, mengatur dan mengontrol aspek metakognisi, aspek motivasi, dan aspek perilakunya secara mandiri pada saat belajar. Aspek metakognisi dalam hal ini adalah seperti: penetapan tujuan dan perencanaan (*goal setting and planning*), mengorganisasi dan mentransformasi materi perkuliahan (*organizing and transforming*), mengulang dan mengingat materi perkuliahan (*rehearsing and memorizing*). Sedangkan aspek motivasi adalah evaluasi diri (*self-evaluation reactions*) dan pemberian *reward* dan *punishment* pada diri sendiri (*self-consequences*). Sedangkan aspek perilaku adalah mengatur lingkungan belajar (*environmental structuring*), merekam dan memantau kejadian/ hasil belajar (*keeping records and monitoring*), mencari bantuan dari lingkungan sosial (*seeking social assistance*).

3.3 Subyek Penelitian

Adapun subjek penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas HKBP Nommensen Stambuk 2016. Mahasiswa Fakultas Psikologi Stambuk 2016 adalah mahasiswa fakultas psikologi yang saat ini sedang menjalani proses belajar di semester 6 (VI) yang dihadapkan pada banyaknya beban kuliah yang mereka hadapi, baik itu tentang jadwal kuliah dan praktikum yang padat, tugas kuliah maupun tugas lapangan, membuat laporan praktikum, dan lain sebagainya. Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas HKBP Nommensen berjumlah 46 orang. Sumber ini diperoleh dari bidang tata usaha (TU) Fakultas Psikologi Universitas HKBP Nommensen.

3.4 Populasi dan Sampel

a. Populasi

Populasi merupakan suatu kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian (Azwar, 2003). Generalisasi yang dimaksud adalah cara pengambilan kesimpulan terhadap kelompok subjek yang lebih luas jumlahnya berdasarkan data yang diperoleh dari kelompok subjek yang sedikit jumlahnya. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas HKBP Nommensen stambuk 2016 yang berjumlah 46 mahasiswa. Data ini diperoleh dari Tata Usaha (TU) Fakultas Psikologi Universitas HKBP Nommensen Medan.

b. Sampel

Menurut Sugiyono (2014), Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Pengambilan sampel dimaksudkan untuk memperoleh keterangan mengenai subyek penelitian. Pengukuran sampel merupakan suatu langkah untuk menentukan besarnya sampel yang diambil dalam melaksanakan suatu penelitian. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah total populasi yang artinya seluruh populasi penelitian sekaligus menjadi sampel penelitian yaitu seluruh mahasiswa fakultas psikologi stambuk 2016 yang berjumlah 46 mahasiswa.

3.4 Teknik Pengambilan Sampel

Dalam penelitian initeknik pengambilan sampel yang penulis gunakan adalah teknik pengambilan sampel dengan menggunakantotalsampling. *Total sampling* adalah pengambilan sampel yang sama dengan jumlah populasi yang ada (Sugiyono, 2011).

3.5 Tehnik Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan salah satu unsur yang penting dalam suatu penelitian. Hal ini dilakukan untuk memperoleh bahan-bahan yang relevan dan akurat dalam mendapatkan hasil

pengukuran yang memuaskan hasil penelitian. Menurut Arikunto (2006) metode penelitian adalah cara yang digunakan oleh peneliti dalam pengumpulan data penelitiannya. Teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah:

1. Skala psikologi.

Skala ukur ini adalah suatu daftar yang berisi sejumlah pernyataan-pernyataan yang diberikan kepada subjek agar dapat mengungkapkan kondisi-kondisi psikologis yang ingin diketahui peneliti. Dalam penelitian ini, skala ukur yang digunakan adalah skala *self-regulated learning*. Skala *self-regulated learning* dalam penelitian ini disusun berdasarkan aspek-aspek yang terdiri dari metakognisi, motivasi dan perilaku. Skala ini disusun berdasarkan skala Likert dengan empat pilihan jawaban, yakni Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Pernyataan skala ini disusun dalam bentuk *favourable* dan *unfavourable*. Kriteria penilaian untuk pernyataan *favourable* berdasarkan skala Likert ini adalah nilai 4 untuk pilihan jawaban Sangat Sesuai (SS), nilai 3 untuk pilihan jawaban Sesuai (S), nilai 2 untuk pilihan jawaban Tidak Sesuai (TS) dan nilai 1 untuk pilihan jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS). Sedangkan untuk pernyataan *unfavourable*, nilai 1 untuk pilihan jawaban Sangat Sesuai (SS), nilai 2 untuk pilihan jawaban Sesuai (S), nilai 3 untuk pilihan jawaban Tidak Sesuai (TS) dan nilai 4 untuk pilihan jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS)

2. Wawancara

Wawancara ini digunakan untuk menggali tentang aspek-aspek permasalahan yang relevan dengan tujuan penelitian. Teknik ini digunakan setelah mendapatkan hasil penelitian skala untuk proses pencarian aspek-aspek permasalahan yang sedang diteliti.

3.6. Persiapan Penelitian

Penelitian ilmiah merupakan suatu cara untuk memperoleh, mengembangkan dan menguji kebenaran suatu ilmu pengetahuan. Untuk mendapat data yang akurat peneliti membutuhkan instrumen yang tepat sehingga peneliti harus merencanakan dan menyiapkan langkah yang tepat untuk menyusun instrumen penelitian yang akan dipergunakan dalam penelitian. Langkah yang peneliti lakukan sebelum melakukan penelitian adalah pembuatan alat ukur.

3.7. Pembuatan alat ukur

Penelitian ini menggunakan alat ukur berbentuk skala yang disusun sendiri oleh peneliti dengan bantuan dan arahan dari dosen pembimbing. Skala *self-regulated learning* disusun berdasarkan aspek *self-regulated learning* menurut Zimmerman (1989) pada tiga aspek yaitu aspek metakognisi, aspek motivasi, dan aspek perilaku. Penyusunan skala ini dilakukan dengan membuat *blue print* dan kemudian dioperasionalkan dalam bentuk item-item pernyataan. Skala *self-regulated learning* terdiri dari 53 item. Item – item pernyataan tersebut kemudian disusun menjadi instrumen uji coba. Sebaran uji coba skala *self-regulated learning* tersebut dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 1. *Blue Print* Uji Coba Skala *Self-Regulated Learning*

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jlh
			Favorable	Unfavorable	
1	Metakognisi	Menentukan tujuan belajar, prioritas, waktu dan aktivitas yang berhubungan dengan belajar(<i>goal Setting and planning</i>).	1,25,33,40	10,23,38,53	8
		Mengatur ulang materi untuk meningkatkan belajar(<i>organizing and transforming</i> .)	7,14,49	2,36,45	6
		Berusaha untuk mengingat materi dengan latihan secara terbuka atau tersembunyi (<i>rehearsing and memorizing</i>).	3,19,43	12,31,48	6
2	Motivasi	Mengevaluasi kualitas tugas atau kemajuan dari tugas mereka(<i>self-evaluation reactions</i>)	11,22,37,52	6,27,44	7
		Menyusun atau mengimajinasikan reward atau punishment atas kesuksesan atau kegagalan(<i>self-consequences</i>).	4,18,32	20,28,46	6
3	Perilaku	Berusaha untuk memilih atau menata tatanan fisik untuk membuat belajar lebih mudah(<i>environment structuring</i>).	15,30,39,51	9,24,41	7
		Merekam dan memantau peristiwa atau hasil belajar (<i>keeping record and monitoring</i>	5,17,26,42	13,34,47	7
		Mencari bantuan sosial (<i>seeking social assistance</i>)	8,21,35	16,29,50	6
			28	25	53

3.8. Uji Coba Alat Ukur

Setelah alat ukur disusun, maka tahap selanjutnya adalah peneliti melakukan ujicoba alat ukur. Pelaksanaan uji coba ini dilaksanakan pada tanggal 17-24 Juli 2019 pada 50 mahasiswa dari beberapa Fakultas yang ada di Universitas HKBP Nommensen Medan yaitu pada Fakultas Ekonomi, Fakultas Pendidikan, Fakultas Hukum, dan Fakultas Seni dan Sastra. Setelah peneliti melakukan uji coba alat ukur, hasil uji coba tersebut akan dianalisis untuk mengetahui validitas dan reliabilitasnya. Perhitungan dilakukan dengan menggunakan bantuan program SPSS 17.0 for windows.

3.8.1 Uji Reliabilitas

Reliabilitas dari suatu alat ukur diartikan sebagai keajegan atau konsistensi dari alat ukur yang pada prinsipnya menunjukkan hasil-hasil yang relatif tidak berbeda bila dilakukan pengukuran kembali terhadap subjek yang sama (dalam Azwar, 2013). Azwar (2013) mengatakan, semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitasnya, sebaliknya semakin rendah koefisien mendekati angka 0,00 berarti semakin rendah reliabilitasnya.

Menurut Azwar (2003) reliabilitas adalah keterandalan suatu instrument. Uji reliabilitas alat ukur dalam penelitian ini menggunakan pendekatan reliabilitas konsistensi internal yaitu *single trial administration* dimana skala hanya diberikan satu kali saja pada sekelompok individu sebagai subjek. Pengujian reliabilitas dilakukan dengan menggunakan *Alpha Cronbach* dengan menggunakan SPSS. Hasil uji coba penelitian skala *Self-Regulated Learning* diperoleh nilai reliabelitasnya α .940. Lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4. Reliabelitas SRL

Cronbach's Alpha	N of Items
.940	44

3.8.2 Uji Validitas

Validitas dibatasi tingkat kemampuan suatu alat ukur untuk mengungkap sesuatu yang menjadi sasaran pokok pengukuran yang dilakukan dengan alat ukur tersebut. Suatu alat ukur dinyatakan sah jika alat ukur itu mampu mengukur apa yang hendak diukur, mampu mengungkapkan apa yang hendak diungkapkan atau dengan kata lain memiliki ketetapan dan kecermatan dalam melakukan fungsi ukurnya (Azwar, 2014).

Validitas berasal dari kata "validity" yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan (mampu mengukur apa yang hendak diukur) dan kecermatan suatu instrumen pengukuran melakukan fungsi ukurnya, yaitu dapat memberikan gambaran mengenai perbedaan yang sekecil-kecilnya antara subjek yang lain. Validitas yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi. Validitas isi yaitu keselarasan atau relevansi aitem dengan tujuan ukur skala (dalam Azwar,2012).

Teknik yang digunakan untuk menguji validitas alat ukur adalah dengan menggunakan koefisien korelasi antara distribusi skor pada setiap item dengan skor total item itu sendiri dengan bantuan komputer program *Statistical Product and Service Solution for Windows (SPSS for windows)*. Suatu item dikatakan valid apabila memiliki nilai $r \geq 0,3$.

Berdasarkan uji validitas diperoleh hasil bahwa skala *self-regulated learning* yang terdiri dari 53 item di dapat 44 item valid karena r hitung yang diperoleh dari item lebih besar

dari 0,3 ($r_{\text{hitung}} > 0,3$) sedangkan 9 item dinyatakan tidak valid karena item-item tersebut memiliki $r_{\text{hitung}} < 0,3$. Item-item yang valid akan digunakan sebagai item instrumen penelitian yang berjumlah 44 item. Secara rinci dapat dilihat dalam tabel berikut.

Tabel 2. Daftar *Blue print* skala *Self-Regulated Learning* setelah Uji coba

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1	Metakognisi	<i>Goal Setting and planning</i>	1,17,36,41	12,22,32	7
		<i>Organizing and transforming</i>	9,25,38	3,42	5
		<i>Rehearsing and memorizing</i>	4,21,33	13,28	5
2	Motivasi	<i>Self-evaluation reactions</i>	11,27,35,44	5	5
		<i>Self-consequences</i>	6,19	16,29,34	5
3	Perilaku	<i>Environment structuring</i>	14,23,26,40	7,20,37	7
		<i>Keeping record and monitoring</i>	8,24,31,39	10,15	6
		<i>Seeking social assistance</i>	2,18	30,43	4
			26	18	44

Tahap selanjutnya setelah bluprint tersusun peneliti melakukan penelitian dengan menyebarkan skala *self-regulated learning* kepadamahasiswa Fakultas Psikologi Universitas HKBP Nommensen stambuk 2016 yaitu pada tanggal 3-8 agustus 2019.

3.9. Pengkategorian *Self-regulated Learning* Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas HKBP Nommense Stambuk 2016

3.9.1. Pengkategorian *Self-regulated Learning* Secara Umum

Jumlah item yang digunakan untuk mengungkapkan *self-regulated laearning* yaitu sebanyak 44 item dengan formula skala respon alternatif jawaban. Nilai setiap jawaban memiliki rentang dari 1 sampai 4, sehingga dihasilkan skor:.

$$X_{\min} = 44$$

$$X_{\max} = 176$$

$$\text{Range} = X_{\max} - X_{\min}$$

$$= 176 - 44$$

$$= 132$$

$$\text{Mean} = (X_{\max} + X_{\min}) / 2$$

$$\text{SD} = \text{Range} / 6$$

$$= 132 / 6$$

$$= 22$$

Kriteria Jenjang	Kategori
$\text{Mean} + 1 (\text{SD}) \leq X$	Tinggi
$\text{Mean} - 1 (\text{SD}) \leq X < \text{Mean} + 1 (\text{SD})$	Sedang
$X < \text{Mean} - 1 (\text{SD})$	Rendah

$$\text{Tinggi} = (\text{Mean} + 1 (\text{SD}) \leq X$$

$$= (110 + 1(22))$$

$$= \mathbf{132 \geq X}$$

$$\text{Sedang} = (\text{Mean} - 1 (\text{SD}) \leq X < \text{Mean} + 1 (\text{SD}))$$

$$= (110 - 1 (22)) \leq X < (110 + 1(22))$$

$$= \mathbf{88 \leq X < 132}$$

$$\text{Rendah} = X < \text{Mean} - 1 (\text{SD})$$

$$= X < (110 - 1 (22))$$

$$= \mathbf{X < 88}$$

3.9.2. Pengkategorian *Self-regulated Learning* Berdasarkan Aspek

a. Aspek Metakognitif

Jumlah item yang digunakan untuk mengungkapkan *self-regulated learning* dalam aspek metakognitif yaitu sebanyak 17 item dengan formula skala respon alternatif jawaban.

Nilai setiap jawaban memiliki rentang dari 1 sampai 4, sehingga dihasilkan skor:.

$$X_{\min} = 17$$

$$X_{\max} = 68$$

$$\text{Range} = X_{\max} - X_{\min}$$

$$= 68 - 17$$

$$= 51$$

$$\text{Mean} = (X_{\max} + X_{\min}) / 2$$

$$= 51 / 2$$

$$= 25,5$$

$$\text{SD} = \text{Range} / 6$$

$$= 51 / 6$$

$$= 8,5$$

Kriteria Jenjang	Kategori
$51 \leq X$	Tinggi
$34 \leq X < 51$	Sedang
$X < 34$	Rendah

b. Aspek Motivasi

Jumlah item yang digunakan untuk mengungkapkan *self-regulated laearning* dalam aspek motivasi yaitu sebanyak 10item dengan formula skala respon alternatif jawaban. Nilai setiap jawaban memiliki rentang dari 1 sampai 4 sehingga dihasilkan skor..

$$X_{min} = 10$$

$$X_{max} = 40$$

$$\text{Range} = X_{max} - X_{min}$$

$$= 40 - 10$$

$$= 30$$

$$\text{Mean} = (X_{max} + X_{min}) / 2$$

$$= 50 / 2$$

$$= 25$$

$$\text{SD} = \text{Range} / 6$$

$$= 30 / 6$$

$$= 5$$

Kriteria Jenjang	Kategori
$30 \leq X$	Tinggi
$25 \leq X < 30$	Sedang
$X < 25$	Rendah

c. Aspek Perilaku

Jumlah item yang digunakan untuk mengungkapkan *self-regulated laearning* dalam aspek metakognitif yaitu sebanyak 17 item dengan formula skala respon alternatif jawaban. Nilai setiap jawaban memiliki rentang dari 1 sampai 4, sehingga dihasilkan skor..

$$X_{min} = 17$$

$$X_{\max} = 68$$

$$\text{Range} = X_{\max} - X_{\min}$$

$$= 68 - 17$$

$$= 51$$

$$\text{Mean} = (X_{\max} + X_{\min}) / 2$$

$$= 51 / 2$$

$$= 25,5$$

$$\text{SD} = \text{Range} / 6$$

$$= 51 / 6$$

$$= 8,5$$

Kriteria Jenjang	Kategori
$51 \leq X$	Tinggi
$34 \leq X < 51$	Sedang
$X < 34$	Rendah

3.9.3. Pengkategorisasian *Self-Regulated Learning* Berdasarkan Indikator

a. Indikator Aspek Metakognitif

1. *Goal Setting and Planning*

Jumlah item pada indikator ini yaitu sebanyak 7 item dengan formula skala respon alternatif jawaban. Nilai setiap jawaban memiliki rentang dari 1 sampai 4, sehingga dihasilkan skor:

$$X_{\min} = 7$$

$$X_{\max} = 28$$

$$\text{Range} = X_{\max} - X_{\min}$$

$$= 21$$

$$\text{Mean} = (X_{\max} + X_{\min}) / 2$$

$$= 17,5$$

$$\text{SD} = \text{Range} / 6$$

$$= 3,5$$

Kriteria Jenjang	Kategori
$21 \leq X$	Tinggi
$14 \leq X < 21$	Sedang
$X < 14$	Rendah

2. *Organizing and Transforming*

Jumlah item yang digunakan untuk mengungkapkan indikator *organizing and transforming* yaitu sebanyak 5 item dengan formula skala respon alternatif jawaban. Nilai setiap jawaban memiliki rentang dari 1 sampai 4, sehingga dihasilkan skor:

$$X_{\min} = 5$$

$$X_{\max} = 20$$

$$\text{Range} = X_{\max} - X_{\min}$$

$$= 15$$

$$\text{Mean} = (X_{\max} + X_{\min}) / 2$$

$$= 12,5$$

$$SD = \text{Range}/6$$

$$= 2,5$$

Kriteria Jenjang	Kategori
$15 \leq X$	Tinggi
$10 \leq X < 15$	Sedang
$X < 10$	Rendah

3. *Rehearsing and Memorizing*

Jumlah item yang digunakan untuk mengungkapkan indikator *rehearsing and memorizing* yaitu sebanyak 5 item dengan formula skala respon alternatif jawaban. Nilai setiap jawaban memiliki rentang dari 1 sampai 4, sehingga dihasilkan skor:

$$X_{\min} = 5$$

$$X_{\max} = 20$$

$$\text{Range} = X_{\max} - X_{\min}$$

$$= 15$$

$$\text{Mean} = (X_{\max} + X_{\min})/2$$

$$= 12,5$$

$$SD = \text{Range}/6$$

$$= 2,5$$

Kriteria Jenjang	Kategori
$15 \leq X$	Tinggi
$10 \leq X < 15$	Sedang
$X < 10$	Rendah

b. Indikator Aspek Motivasi

1. *Self-Evaluation Reaction*

Jumlah item yang digunakan untuk mengungkapkan indikator *self-evaluation reaction* yaitu sebanyak 5 item dengan formula skala respon alternatif jawaban. Nilai setiap jawaban memiliki rentang dari 1 sampai 4, sehingga dihasilkan skor:

$$X_{\min} = 5$$

$$X_{\max} = 20$$

$$\text{Range} = X_{\max} - X_{\min}$$

$$= 15$$

$$\text{Mean} = (X_{\max} + X_{\min}) / 2$$

$$= 12,5$$

$$\text{SD} = \text{Range} / 6$$

$$= 2,5$$

Kriteria Jenjang	Kategori
$15 \leq X$	Tinggi
$10 \leq X < 15$	Sedang
$X < 10$	Rendah

2. *Self-Consequences*

Jumlah item yang digunakan untuk mengungkapkan indikator *self-consequences* yaitu sebanyak 5 item dengan formula skala respon alternatif jawaban. Nilai setiap jawaban memiliki rentang dari 1 sampai 4, sehingga dihasilkan skor:

$$X_{\min} = 5$$

$$X_{\max} = 20$$

$$\text{Range} = X_{\max} - X_{\min}$$

$$= 15$$

$$\text{Mean} = (X_{\max} + X_{\min}) / 2$$

$$= 12,5$$

$$\text{SD} = \text{Range} / 6$$

$$= 2,5$$

Kriteria Jenjang	Kategori
$15 \leq X$	Tinggi
$10 \leq X < 15$	Sedang
$X < 10$	Rendah

c. Indikator Aspek Perilaku

1. *Environment Structuring*

Jumlah item yang digunakan untuk mengungkapkan indikator ini adalah sebanyak 7 item dengan formula skala respon alternatif jawaban. Nilai setiap jawaban memiliki rentang dari 1 sampai 4, sehingga dihasilkan skor:

$$X_{\min} = 7$$

$$X_{\max} = 28$$

$$\text{Range} = X_{\max} - X_{\min}$$

$$= 21$$

$$\text{Mean} = (X_{\max} + X_{\min}) / 2$$

$$= 17,5$$

$$\text{SD} = \text{Range} / 6$$

$$= 3,5$$

Kriteria Jenjang	Kategori
-------------------------	-----------------

$21 \leq X$	Tinggi
$14 \leq X < 21$	Sedang
$X < 14$	Rendah

2. Keeping Record and Monitoring

Jumlah item yang digunakan untuk mengungkapkan *keeping record and monitoring* yaitu sebanyak 6 item dengan formula skala respon alternatif jawaban. Nilai setiap jawaban memiliki rentang dari 1 sampai 4, sehingga dihasilkan skor:

$$X_{\min} = 6$$

$$X_{\max} = 24$$

$$\begin{aligned} \text{Range} &= X_{\max} - X_{\min} \\ &= 18 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Mean} &= (X_{\max} + X_{\min}) / 2 \\ &= 15 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{SD} &= \text{Range} / 6 \\ &= 3 \end{aligned}$$

Kriteria Jenjang	Kategori
$18 \leq X$	Tinggi
$12 \leq X < 18$	Sedang
$X < 12$	Rendah

3. Seeking Social Assistance

Jumlah item yang digunakan untuk mengungkapkan indikator ini yaitu sebanyak 4 item dengan formula skala respon alternatif jawaban. Nilai setiap jawaban memiliki rentang dari 1 sampai 4, sehingga dihasilkan skor:

$$X_{\min} = 4$$

$$X_{\max} = 16$$

$$\begin{aligned} \text{Range} &= X_{\max} - X_{\min} \\ &= 12 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Mean} &= (X_{\max} + X_{\min}) / 2 \\ &= 10 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{SD} &= \text{Range} / 6 \\ &= 2 \end{aligned}$$

Kriteria Jenjang	Kategori
$12 \leq X$	Tinggi
$8 \leq X < 12$	Sedang
$X < 8$	Rendah

3.10. Teknik Analisis Data

Menurut Patton, analisis data adalah proses mengatur urutan data, mengorganisasikannya ke dalam suatu pola, kategori dan satuan uraian dasar (Nasehudin, 2012). Adapun metode yang digunakan untuk menganalisa *self-regulated learning* mahasiswa Fakultas Psikologi Stambuk 2016 adalah menggunakan metode analisis data deskriptif persentase bantuan program SPSS 17.0 for windows.

Analisis data deskriptif bertujuan untuk memberikan deskripsi mengenai subyek penelitian berdasarkan data dari variabel yang diperoleh dari kelompok subyek yang diteliti dan tidak dimaksudkan untuk pengujian hipotesis (Azwar, 2012).

