



Strategy Self Regulated Learning pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area

Siti Aisyah* dan Laili Alfita

Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area, Indonesia

Diterima Agustus 2017; Disetujui Oktober 2017; Dipublikasikan Desember 2017

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran *Strategy Self Regulated Learning* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. *Self regulated learning* adalah kemampuan seseorang untuk mengelola secara efektif pengalaman belajarnya sendiri dengan berbagai cara sehingga mencapai hasil belajar yang optimal. Mahasiswa dikatakan telah menerapkan *self regulated learning* apabila mampu mengaktifkan metakognisi, motivasi dan tingkah laku dalam proses belajar mereka sendiri tanpa diperintah dan diajarkan oleh orang lain. Terdapat keinginan dan dorongan dari dalam diri mereka sendiri untuk menerapkan langkah-langkah dan strategi mengontrol proses belajar secara mandiri. Penelitian ini bersifat analisis statistik deskriptif (deskriptif artinya bersifat memberi gambaran). Berdasarkan penelitian yang dilakukan diperoleh hasil bahwa hampir keseluruhan sampel hanya melakukan satu atau dua strategi dan tidak melakukan keseluruhan strategi. Hal inilah yang mempengaruhi pencapaian indeks prestasi kumulatifnya menjadi kurang maksimal.

Kata Kunci: *Strategy Self Regulated Learning*

Abstract

This study aims to see the description of Strategy Self Regulated Learning on the students of Faculty of Psychology, University of Medan Area. Self regulated learning is a person's ability to effectively manage his own learning experience in various ways to achieve optimal learning outcomes. Students are said to have implemented self-regulated learning when able to enable metacognition, motivation and behavior in their own learning process without being instructed and taught by others. There is a desire and drive from within themselves to apply the steps and strategies to control the learning process independently. This research is descriptive statistical analysis (descriptive means giving picture). Based on the research, the results show that almost all samples only do one or two strategies and do not do the whole strategy. This is what affects the achievement of the cumulative achievement index to be less than the maximum.

Keywords: *Self Regulated Learning Strategy*

How to Cite: Aisyah, S., dan Laili A., (2017). *Strategy Self Regulated Learning pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, Jurnal Pendidikan Ilmu-Ilmu Sosial, 9 (2): 202-212*

*Corresponding author:

E-mail: sitiaisyah@staff.uma.ac.id

p-ISSN 2085-482X

e-ISSN 2407-7429

PENDAHULUAN

Setiap orang selalu berharap memiliki prestasi dalam kehidupannya. Seperti prestasi dalam kerja, prestasi dalam karir dan prestasi belajar. Bagi seorang pelajar atau mahasiswa tentu prestasi belajar merupakan keinginan seseorang untuk dapat menunjukkan kualitas dirinya dilingkungan sekolah. Namun demikian, tidak selamanya harapan sesuai dengan kenyataan. Hal ini dikarenakan, banyaknya permasalahan yang terjadi dalam kehidupan, sehingga penurunan prestasi belajar tersebut bisa terjadi. Sebagaimana kenyataan yang dapat dirasakan pada diri sendiri dan juga berdampak dalam keluarga dan juga berdampak pada negara. Jika kita analisis dampak dalam diri pribadi akan memunculkan kurang percaya diri. Anak-anak yang kurang percaya diri tentu dalam keluarga membuat orang tua resah karena sulit menampilkan kemampuan yang dimilikinya, Sedangkan kepercayaan diri yang rendah didalam keluarga, tentu akan melahirkan anak-anak bangsa yang kurang dapat menampilkan potensi yang dimiliki secara maksimal.

Jika kita melihat fenomena yang terjadi saat ini mengenai prestasi belajar, maka dapat kita ketahui bahwa prestasi mahasiswa tidak selamanya dalam kondisi stabil. Sebagaimana terlihat di fakultas Psikologi Universitas Medan Area angkatan 2014, 2015 dan 2016, bahwa prestasi belajar mahasiswa setiap semesternya selalu naik turun. Hal ini terlihat pada angkatan 2014, yang indeks prestasi kumulatif rata-rata hanya mencapai 2,9. Angkatan 2015 rata-rata hanya mencapai 3,0, sedangkan pada angkatan 2016 rata-ratanya mencapai 3,4. Hal ini tentu menjadi pemikiran bagi dunia pendidikan, mengapa mahasiswa belum dapat mencapai indeks prestasi kumulatif tertinggi yaitu rata-rata minimal 3,85.

Hal ini tentu akan sangat berpengaruh terhadap pandangan masyarakat mengenai kualitas mahasiswa yang dilahirkan dari Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Akibat yang ditimbulkan dari permasalahan tersebut, akan berdampak kepada nilai

serapnya terhadap kebutuhan sumber daya manusia dalam lapangan pekerjaan.

Oleh karena itu, maka perlu *Self regulated learning* untuk diketahui dibagian mana permasalahan yang perlu ditanggulangi pada diri mahasiswa, khususnya pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Hal ini sebagaimana diungkapkan bahwa *Self regulated learning* adalah pembelajaran yang diperoleh dari pemikiran dan tindakan pembelajar yang secara sistematis diarahkan pada pencapaian tujuan pembelajar (Silalahi, 2004). Tujuan ini bisa berupa tujuan akademik (meningkatkan pemahaman dalam membaca, menjadi penulis yang baik, belajar perkalian, mengajukan pertanyaan yang relevan), atau tujuan sosioemosional (mengontrol kemarahan, belajar akrab dengan teman sebaya (Sanrock, 2004). Oleh karena itu, mahasiswa dikatakan telah menerapkan *self-regulated learning* apabila mahasiswa tersebut memiliki strategi untuk mengaktifkan metakognisi, motivasi dan tingkah laku dalam proses belajar mereka sendiri (Ponz dalam Mukhid, 2008).

Peserta didik tersebut dengan sendirinya memulai usaha belajar secara langsung untuk memperoleh pengetahuan dan keahlian yang diinginkan, tanpa bergantung pada dosen, orang tua atau orang lain. Siswa yang memiliki *self-regulated learning* juga dapat dilihat pada diri mereka yang melihat dirinya sebagai agen perilaku mereka sendiri, mereka percaya belajar adalah proses proaktif, mereka memotivasi diri dan menggunakan strategi-strategi yang memungkinkan mereka meningkatkan hasil akademik yang diinginkan (Sanrock, 2004).

Teori sosial kognitif menyatakan bahwa faktor sosial, kognitif serta faktor perilaku, memainkan peran penting dalam proses pembelajaran. Salah satu proses pembelajaran yang melibatkan ketiga faktor tersebut adalah *Self-Regulated Learning* (Bandura, dalam Sanrock, 2004). Zimmerman (dalam Yulinawati, 2009) mengemukakan bahwa *self regulated learning* adalah usaha individu untuk mengatur dalam proses belajar dengan menggunakan kemampuannya yang meliputi penggunaan metakognisi, pengaturan motivasi, dan perilaku secara efektif. Menurut Silalahi

(2004) menyatakan bahwa *self-regulated learning* adalah pembelajaran yang diperoleh dari pemikiran dan tindakan pembelajar yang secara sistematis pada pencapaian tujuan pembelajar.

Pintrich (Mukhid, 2008) mendefinisikan *self-regulated learning* sebagai suatu proses yang aktif, konstruktif, dimana pembelajar menetapkan tujuan belajar dan dipandu oleh tujuan-tujuan mereka. Menurut Santrock (2004) *self regulated learning* adalah kemampuan untuk memunculkan dan memonitor sendiri pikiran, perasaan dan perilaku untuk mencapai suatu tujuan.

Menurut Wine (dalam Yulinawati dkk, 2009) menyatakan bahwa *self-regulated learning* adalah kemampuan seseorang untuk mengelola secara efektif pengalaman belajarnya sendiri di dalam berbagai cara sehingga mencapai hasil belajar yang optimal. Menurut Ormrod (2008) menyatakan bahwa *self regulated learning* adalah pengaturan terhadap proses-proses kognitif dan perilaku pembelajar agar dapat mencapai kesuksesan didalam belajar.

Self-regulated learning terdiri dari aktivitas-aktivitas yang terarah pada tujuan pembelajaran dimana aktivitas tersebut dimodifikasi, dijaga dan dilakukan (Zimmerman & Schunk, 1989). Tujuan ini bisa jadi berupa tujuan akademik (meningkatkan pemahaman dalam membaca, menjadi penulis yang baik, belajar perkalian, mengajukan pertanyaan yang relevan), atau tujuan sosioemosional (mengontrol kemarahan, belajar akrab dengan teman sebaya) (Santrock, 2004).

Di dalam proses pembelajaran *self-regulated learning* terdapat satu segi atau keistimewaan utama yaitu metakognisi (Mukhid, 2008). Menurut Uno dan Presiden (dalam Sastrawati, 2011) metakognisi merupakan keterampilan seseorang dalam mengatur dan mengontrol proses berpikirnya. Kemampuan ini berbeda antara individu yang satu dengan individu yang lain sesuai dengan kemampuan proses berpikirnya.

Matlin (dalam Sastrawati, 2011) melihat metakognisi sebagai pengetahuan dan kesadaran tentang proses kognitif. Metakognisi

merupakan suatu proses membangkitkan minat sebab seseorang menggunakan proses kognitif untuk merenungkan proses kognitif mereka sendiri.

Teori sosial kognitif menyatakan bahwa faktor sosial, kognitif serta perilaku, memainkan peran penting dalam proses pembelajaran *self-regulated learning* (Santrock, 2004). Hal ini dapat dilihat dari kreativitas anak dalam melakukan aktivitas dan kemampuan berpikir tentang sesuatu dengan cara yang berbeda dari orang lain. Sebagaimana menurut Slameto (2010) menyatakan bahwa faktor yang mempengaruhi karakteristik kognitif mahasiswa yaitu persepsi, perhatian, ingatan, *readiness* (kesiapan) dan transfer, struktur kognitif, intelegensi, kereativitas dan gaya kognitif.

Siswa dikatakan telah menerapkan *self-regulated learning* apabila siswa tersebut memiliki strategi untuk mengaktifkan metakognisi, motivasi dan tingkah laku dalam proses belajar mereka sendiri (Ponz dalam Mukhid, 2008). Siswa juga akan menentukan tujuan yang lebih spesifik, menggunakan lebih banyak strategi belajar, memonitor sendiri proses belajar mereka, dan lebih sistematis dalam mengevaluasi kemajuan mereka sendiri (Santrock, 2004).

Berdasarkan definisi yang telah diuraikan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa *self-regulated learning* adalah proses belajar dimana peserta didik mengaktifkan kognisi, tindakan atau perilaku dan perasaan secara sistematis untuk mencapai tujuan belajar yang telah ditetapkan.

METODE PENELITIAN

Pengumpulan data merupakan hal penting yang harus dilakukan dalam sebuah penelitian. Berbagai metode dapat dipergunakan dalam penelitian untuk mengumpulkan data yang dibutuhkan. Adapun metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah metode skala.

Skala adalah perangkat pertanyaan yang disusun untuk mengungkap atribut tertentu melalui respon terhadap pertanyaan tersebut (Azwar, 2013). Menurut Hadi (2000) ada

beberapa anggapan yang dipegang peneliti dalam metode ini yaitu: a) Subjek adalah orang yang paling tahu tentang dirinya sendiri; b) Apa yang dikatakan subjek kepada penyelidik adalah benar dan dapat di percaya; c) Interpretasi subjek tentang pertanyaan yang diajukan sama dengan yang dimaksud peneliti.

Selain itu metode skala digunakan dalam penelitian atas dasar pertimbangan (Hadi, 2000), yaitu a) Metode skala merupakan metode praktis; b) Dalam waktu yang relatif singkat dapat dikumpulkan data yang banyak; c) Metode skala merupakan metode yang dapat menghemat tenaga dan ekonomis.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini disusun berdasarkan skala Likert yang terdiri dari pernyataan yang bersifat *favourable* dan *unfavourable*. Melalui teori Zimmerman dan Martinez-Pons (dalam Ormrod, 2008) melakukan sebuah penelitian dengan metode angket yang dibentuk skala dari 10 kategori perilaku belajar sebagai strategi *self regulated learning*. Pertama adalah evaluasi terhadap kemajuan tugas, yaitu merupakan inisiatif peserta didik dalam melakukan evaluasi terhadap kualitas tugas dan kemajuan pekerjaannya. Peserta didik memutuskan apakah hal-hal yang telah di pelajari mencapai tujuan yang ditentukan sebelumnya. Dalam hal ini peserta didik membandingkan informasi yang didapat melalui self monitoring dengan beberapa standar atau tujuan yang dimiliki.

Kedua adalah mengatur materi pelajaran (*organizing & transforming*), yaitu strategi *organizing* menandakan perilaku *overt* dan *covert* dari peserta didik untuk mengatur materi yang dipelajari dengan tujuan meningkatkan efektifitas proses belajar. Strategi *transforming* dilakukan dengan mengubah materi pelajaran menjadi lebih sederhana dan mudah dipelajari.

Ketiga adalah membuat rencana dan tujuan belajar (*goal setting & planning*), yaitu Strategi ini merupakan pengaturan peserta didik terhadap tujuan umum dan tujuan khusus dari belajar dan perencanaan untuk mengurutkan pengerjaan tugas, bagaimana memanfaatkan waktu dan menyelesaikan kegiatan yang berhubungan dengan tujuan

tersebut. Perencanaan akan membantu peserta didik untuk menemu-kenali konflik dan krisis yang potensial serta meminimalisir tugas – tugas yang mendesak. Perencanaan juga memungkinkan peserta didik untuk fokus pada hal-hal yang penting bagi perolehan kesuksesan jangka panjang untuk mendapatkan manfaat sebesar mungkin dari perencanaan, maka perencanaan perlu ditinjau kembali secara rutin.

Keempat adalah mencari informasi (*seeking information*), yaitu peserta didik memiliki inisiatif untuk berusaha mencari informasi di luar sumber – sumber sosial ketika mengerjakan tugas ataupun ketika mempelajari suatu materi pelajaran. Strategi ini dilakukan dengan menetapkan informasi apa yang penting dan bagaimana cara mendapatkan informasi tersebut. Kelima, mencatat hal penting (*keeping record & monitoring*), yaitu strategi ini dilakukan dengan mencatat hal-hal penting yang berhubungan dengan topik yang dipelajari, kemudian menyimpan hasil tes, uas maupun catatan yang telah dikerjakan.

Keenam, mengatur lingkungan belajar (*environmental structuring*), yaitu peserta didik berusaha memilih atau mengatur lingkungan fisik dengan cara tertentu sehingga membantu mereka untuk belajar lebih baik. Ketujuh, konsekuensi setelah mengerjakan tugas (*self consequences*), yaitu strategi ini dilakukan dengan mengatur atau membayangkan reward atau punishment yang didapatkan bila atau gagal dalam mengerjakan tugas. Kedelapan, mengulang dan mengingat (*rehearsing & memorizing*), yaitu peserta didik berusaha mempelajari ulang materi pelajaran dan mengingat bahan bacaan dengan perilaku *overt* dan *covert*.

Kesembilan, mencari bantuan sosial (*seek social assistance*), yaitu bila menghadapi masalah dengan tugas yang sedang dikerjakan, peserta didik dapat meminta bantuan guru (*seek teacher assistance*) dengan bertanya kepada guru didalam maupun luar jam belajar untuk dapat membantu menyelesaikan tugas dengan baik. Peserta didik juga meminta bantuan orang dewasa (*seek adult assistance*) yang berada di dalam dan di luar lingkungan

belajar bila ada topik yang tak dimengerti. Orang dewasa yang dimaksud dalam hal ini adalah orang yang lebih berpengalaman.

Kesepuluh, meninjau kembali catatan, tugas atau tes sebelumnya dan buku pelajaran (*review record*), yaitu dalam strategi ini peserta didik meninjau kembali catatan pelajaran sehingga tahu topik apa saja yang akan diuji. Selanjutnya peserta didik meninjau kembali tugas atau tes sebelumnya (*review test atau work*) yang meliputi soal-soal ujian terdahulu tentang topik – topik tertentu, juga tugas-tugas yang telah dikerjakan sebagai sumber informasi untuk belajar. Peserta didik juga membaca ulang buku pelajaran (*review text book*) yang merupakan sumber informasi yang dijadikan penunjang catatan sebagai sarana belajar.

Berdasarkan pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa strategi di dalam *self regulated learning* adalah evaluasi terhadap tugas, mengatur materi pelajaran (*organizing & transforming*), membuat rencana dan tujuan belajar (*goal setting & planning*), mencari informasi (*seeking information*), mencatat hal penting (*keeping record & monitoring*), mengatur lingkungan belajar (*environmental structuring*), konsekuensi setelah mengerjakan tugas (*self consequences*), mengulang dan mengingat (*rehearsing & memorizing*), mencari bantuan sosial (*seek social assistance*), meninjau kembali catatan, tugas, atau tes sebelumnya dan buku pelajaran (*review record*).

Populasi adalah seluruh subjek yang dimaksud untuk diteliti. Populasi dibatasi sebagai jumlah subjek atau individu yang paling sedikit memiliki satu sifat yang sama sebagai karakteristik (Hadi, 2000). Sedangkan menurut Subagyo (dalam Ridhani, 2007) populasi adalah objek penelitian yang dijadikan sasaran untuk mendapatkan dan mengumpulkan data. Populasi dibatasi sebagai jumlah penduduk atau individu yang paling sedikit mempunyai sifat-sifat dari sebahagian populasi yang ada. Populasi adalah keseluruhan dari jumlah yang akan diamati atau diteliti (Nisfiannoor, 2009). Populasi yang akan diteliti oleh peneliti adalah Mahasiswa Angkatan 2014, 2015 dan 2016.

Sampel adalah sebagian yang diambil dari suatu populasi, gunakan sampel sebesar

tersebut mungkin merupakan prinsip yang harus dipegang dalam suatu penelitian yang menggunakan sampel (Nisfiannoor, 2009). Dalam penelitian sosial, dikenal hukum kemungkinan (hukum probabilitas) yaitu kesimpulan yang ditarik dari populasi dapat digeneralisasikan kepada seluruh populasi. Kesimpulan ini dapat dilakukan karena pengambilan sampel dimaksud adalah untuk mewakili seluruh populasi (Bungin, 2011). Sampel adalah sebagian dari populasi yang diteliti dan sedikitnya memiliki satu sifat yang sama. Hasil penelitian terhadap sampel diharapkan dapat digeneralisasikan kepada seluruh populasi (Hadi, 2000). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *Random Sampling* yang artinya acak dan sample berarti sederhana. Dengan metode ini Sample dipilih langsung dari populasi, dan besar peluang setiap anggota populasi untuk menjadi sample sama besar. Adapun jumlah populasi Angkatan 2014 sebanyak 450 mahasiswa, Angkatan 2015 sebanyak 430 mahasiswa, sedangkan Angkatan 2016 sebanyak 530 mahasiswa.

Adapun jumlah sample Angkatan 2014 sebanyak 152 orang, Angkatan 2015 sebanyak 135 orang, sedangkan angkatan 2016 sebanyak 154 orang. Akan tetapi pada saat dilakukan penganalisisan data, yang dapat dijadikan sample hanya 96 orang. Pada Angkatan 2015, sebanyak 117, sedangkan pada angkatan 2016 sebanyak 146 orang. Hal ini dikarenakan skala tidak diisi oleh sample.

Analisis data, dilakukan dengan menggunakan validitas tes atau validitas alat ukur, yaitu sejauh mana tes itu mengukur apa yang dimaksud untuk diukur (Suryabrata, 2005). Proses validitas dimaksudkan untuk mengetahui sejauh mana butir soal menjalankan fungsi ukurannya atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukan pengukuran tersebut. Secara singkat validitas mempunyai arti sejauh mana ketepatan (mampu mengukur apa yang seharusnya diukur) dan kecermatan (dapat memberikan gambaran mengenai perbedaan yang sekecil-kecilnya antara subjek yang satu dengan yang lain) alat ukur dalam melakukan

fungsi ukurannya (Azwar, 2013). Dalam penelitian ini untuk menghitung validitas dilakukan dengan mengkorelasikan skor pada masing-masing butir skor total. Melalui teknik korelasi *Product Moment* dari *Pearson* (Hadi, 2000)

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{(N \sum X^2 - (\sum X)^2)(N \sum Y^2 - (\sum Y)^2)}}$$

Keterangan:

- rx_y = Koefisien korelasi x dan y
- ∑X = Jumlah skor butir
- ∑Y = Jumlah skor total
- ∑XY = Nilai hasil perkalian variabel butir dengan total
- N = Jumlah subjek

Koefisien korelasi yang diperoleh dengan rumus angka kasar *Product Moment* perlu dikorelasikan untuk menghindari perhitungan yang *over estimate* (kesalahan perhitungan). Teknik yang digunakan adalah teknik korelasi *Part Whole*. Dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{pq} = \frac{(r_{xy})(SD_y) - (SD_x)}{\sqrt{(SD_y)^2 + (SD_x)^2 - 2(r_{xy})(SD_x)(SD_y)}}$$

Keterangan :

- rpq : angka korelasi setelah dikorelasi
- rx_y : angka korelasi sebelum dikorelasi
- SD_x : standart deviasi skor total
- SD_y : standart deviasi skor item

Reliabilitas alat ukur menunjukkan sejauh mana hasil pengukurang dengan alat ukur tersebut dapat dipercaya. Hal ini ditunjukkan oleh taraf konsistensi skor yang diperoleh para subjek yang diukur dengan alat yang sama, atau diukur dengan alat yang setara pada kondisi yang berbeda (Suryabrata, 2005). Reliabilitas alat ukur adalah untuk mencari dan mengetahui sejauh mana hasil pengukuran dapat dipercaya. Reliabel dapat juga dikatakan kepercayaan, keterasalan, keajegan, kestabilan, konsistensi dan sebagainya.

Skala yang akan diestimasi reliabilitasnya dalam jumlah yang sama banyak. Untuk mengetahui reliabilitas alat ukur maka

digunakan rumus koefisien Alpha sebagai berikut:

$$\alpha = 2 \left[\frac{1 - S1^2 = S2^2}{SX^2} \right]$$

Keterangan:

- S1² = varian skor belahan 1
- S2² = varian skor belahan 2
- SX² = varian skor skala

Metode analisis data yang dipakai dalam penelitian ini adalah metode analisis statistik, karena statistik dapat menguatkan suatu kesimpulan penelitian. Adapun pertimbangan-pertimbangan dengan menggunakan analisis statistik menurut Hadi (2000) adalah 1) Statistik bekerja dengan angka-angka; 2) Statistik bekerja dengan objektif; 3) Statistik bersifat universal dalam semua penelitian.

Penelitian ini bersifat analisis statistik deskriptif (deskriptif artinya bersifat memberi gambaran). Statistik deskriptif adalah metode yang berkaitan dengan pengumpulan, peringkasan, penyajian data sehingga memberikan informasi. Analisis deskriptif untuk melihat *Strategy Self Regulated Learning* yang disusun berdasarkan frekuensi dalam bentuk persentase. Seluruh data yang diperoleh akan dianalisis dengan menggunakan analisis statistik program SPSS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis mahasiswa Angkatan 2014

| No. | Strategi | Hasil Analisis SPSS (Component Matrix 1) | Persen (%) |
|-----|--|--|------------|
| 1. | Evaluasi terhadap kemajuan tugas | .494 | 49.4% |
| 2. | Mengatur materi pelajaran (organizing & transforming) | .202 | 20.2% |
| 3. | Membuat rencana dan tujuan belajar (goal setting & planning) | .703 | 70.3% |
| 4. | Mencari informasi (seeking information) | .478 | 47.8% |
| 5. | Mencatat hal penting (keeping record & monitoring) | .683 | 68.3% |

| | | | |
|-----|--|------|-------|
| 6. | Mengatur lingkungan belajar (environmental structuring) | .550 | 55% |
| 7. | Konsekuensi setelah mengerjakan tugas (self consequences) | .601 | 60.1% |
| 8. | Mengulang dan mengingat (rehearsing & memorizing) | .605 | 60.5% |
| 9. | Mencari bantuan sosial (seek social assistance) | .490 | 49% |
| 10. | Meninjau kembali catatan, tugas atau tes sebelumnya dan buku pelajaran (review record) | .688 | 68.8% |

Hasil Analisis Mahasiswa Angkatan 2015

| No. | Strategi | Hasil Analisis SPPS (Component Matrix 1) | Persen (%) |
|-----|--|--|------------|
| 1. | Evaluasi terhadap kemajuan tugas | 755 | 75.5% |
| 2. | Mengatur materi pelajaran (organizing & transforming) | 676 | 67.6% |
| 3. | Membuat rencana dan tujuan belajar (goal setting & planning) | 552 | 55.2% |
| 4. | Mencari informasi (seeking information) | 172 | 17.2% |
| 5. | Mencatat hal penting (keeping record & monitoring) | 700 | 70% |
| 6. | Mengatur lingkungan belajar (environmental structuring) | 707 | 70.7% |
| 7. | Konsekuensi setelah mengerjakan tugas (self consequences) | 704 | 70.4% |
| 8. | Mengulang dan mengingat (rehearsing & memorizing) | 742 | 74.2% |
| 9. | Mencari bantuan sosial (seek social assistance) | 599 | 59.9% |
| 10. | Meninjau kembali catatan, tugas atau tes sebelumnya dan buku pelajaran (review record) | 775 | 77.5% |

Hasil Analisis Mahasiswa Angkatan 2016

| No. | Strategi | Hasil Analisis SPPS (Component Matrix 1) | Persen (%) |
|-----|--|--|------------|
| 1. | Evaluasi terhadap kemajuan tugas | 661 | 66.1% |
| 2. | Mengatur materi pelajaran (organizing & transforming) | 778 | 77.8% |
| 3. | Membuat rencana dan tujuan belajar (goal setting & planning) | 497 | 49.7% |
| 4. | Mencari informasi (seeking information) | .361 | 36.1% |
| 5. | Mencatat hal penting (keeping record & monitoring) | 153 | 15.3% |
| 6. | Mengatur lingkungan belajar (environmental structuring) | 390 | 39.0% |
| 7. | Konsekuensi setelah mengerjakan tugas (self consequences) | 487 | 48.75% |
| 8. | Mengulang dan mengingat (rehearsing & memorizing) | 662 | 66.2% |
| 9. | Mencari bantuan sosial (seek social assistance) | 355 | 35.5% |
| 10. | Meninjau kembali catatan, tugas atau tes sebelumnya dan buku pelajaran (review record) | 682 | 68.2% |

Setelah dilakukan analisis data pada *strategy self regulated learning* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, maka diperoleh hasil untuk urutan tertinggi pada *strategy self regulated learning* adalah: 1) Mengatur materi pelajaran (organizing & transforming) sebesar 77.8 %; b) Meninjau kembali catatan, tugas atau tes sebelumnya dan buku pelajaran (review record) sebesar 68.2 %; c) Mengulang dan mengingat (rehearsing & memorizing) sebesar 66.2 %.

Sedangkan urutan terendah pada *strategy self regulated learning* adalah 1) Mencatat hal penting (keeping record & monitoring) sebesar 15.3 %; b) Mencari bantuan sosial (seek social assistance) sebesar 35.5 %; c) Mencari informasi (seeking information) sebesar 36.1 %

Setelah dilakukan analisis pada data yang diberikan, maka dapat diketahui bahwa urutan tertinggi pada *strategy self regulated learning* di fakultas psikologi Universitas Medan Area, sebagaimana yang tertera pada Tabel I. Sedangkan urutan yang terendah pada *strategy self regulated learning* di fakultas psikologi Universitas Medan Area terdapat pada Tabel II

Tabel -1 Urutan Tertinggi pada *strategy self regulated learning*

| No. | Strategy | 2014 | 2015 | 2016 |
|-----|---|--------|--------|--------|
| | Membuat rencana dan tujuan belajar (goal setting & planning) Membuat rencana dan tujuan belajar (goal setting & planning) | 70,3 % | | |
| | Meninjau kembali catatan, tugas atau tes sebelumnya dan buku pelajaran (review record) | 68 % | 7.5 % | 68.2 % |
| | Mencatat hal penting (keeping record & monitoring) | 68.3 % | | |
| | Evaluasi terhadap kemajuan tugas | | 75.5 % | |
| | Mengulang dan mengingat (rehearsing & memorizing) | | 74.2 % | 66.2 % |
| | Mengatur materi pelajaran (organizing & transforming) | | | 77.8 % |

Tabel - II, Urutan Terendah pada *strategy self regulated learning*

| No | Strategy | 2014 | 2015 | 2016 |
|----|---|--------|--------|--------|
| | Mengatur materi pelajaran (organizing & transforming) | 20.2 % | | |
| | Mencari informasi (seeking information) | 47.8 % | 17.2 % | 36.1% |
| | Mencari bantuan sosial (seek social assistance) | 49 % | | 35.5 % |
| | Mencatat hal penting (keeping record & monitoring) | | | 15.3% |

Setiap mahasiswa yang mengikuti proses belajar di sebuah universitas pasti

mengharapkan prestasi belajar yang tinggi. Mereka akan berusaha untuk melakukan berbagai hal agar dapat mencapai keinginan tersebut. Mulai dari mengikuti perkuliahan setiap hari, mengerjakan tugas-tugas yang diberikan sampai dengan mengikuti pendidikan tambahan agar prestasi belajarnya dapat sesuai dengan harapannya.

Namun terkadang hasil belajar yang diperolehnya tidak sesuai dengan harapan. Indeks Prestasi Kumulatifnya berfluktuasi dan bahkan jauh dari harapannya. Hal ini menimbulkan kekecewaan pada diri mahasiswa dan bahkan ada yang mempersepsikan negatif terhadap kemampuan dirinya.

Hal inipun terjadi pula di lingkungan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Mahasiswa yang diharapkan sebagai generasi penerus bangsa sekaligus agen pemasaran universitas belum memiliki nilai indeks prestasi kumulatif yang sesuai dengan harapan. Nilai rata-rata yang diperoleh pada angkatan 2014, 2015 dan 2016 masih dibawah angka 3,85. Hal ini tentu menjadi perhatian apa yang menyebabkan pencapaian nilai indeks prestasi kumulatif mahasiswa belum sesuai dengan keinginan yang diharapkan. Untuk mengetahui hal tersebut maka perlu dilihat *strategy self regulated learning* pada mahasiswa.

Dari penelitian yang telah dilakukan pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area angkatan 2014 diperoleh hasil bahwa umumnya mahasiswa kurang suka mengatur materi pelajaran dengan mengubah materi secara sederhana dengan tujuan agar lebih mudah dipahami. Selain itu mereka juga kurang suka mencari sumber-sumber atau informasi tambahan ketika diberikan tugas dan bahkan kurang mau bertanya ataupun meminta bantuan pada dosennya ketika menghadapi masalah dalam tugasnya. Mereka lebih bersikap menerima materi yang ada secara utuh dan kurang berusaha untuk mencari hal-hal baru yang dapat membantunya untuk meningkatkan wawasan pengetahuannya.

Hal ini terlihat dari respon yang diberikan mahasiswa karena hanya 20,2 % mahasiswa yang suka mengatur materi pelajaran dengan lebih sederhana. Sedangkan

mahasiswa yang suka mencari informasi dari sumber-sumber yang lain hanya 47.8 % dan yang suka bertanya pada dosen ketika menghadapi masalah dalam tugas hanya 49 %. Namun demikian, mereka termasuk mahasiswa yang lebih menekankan strategi metakognisinya karena dalam menghadapi masalah mereka yakin dengan kemampuan dirinya sehingga tidak terlalu perlu dukungan dari orang lain termasuk dari dosennya. Mereka merasa bahwa permasalahan dalam tugas dan belajar dapat diselesaikan secara mandiri karena mereka termasuk mahasiswa yang suka mengatur dan merencanakan materi, suka mencatat hal-hal yang penting termasuk melakukan evaluasi kembali terhadap tugas dan materi yang telah dikerjakan.

Untuk angkatan 2015 diperoleh hasil bahwa hampir keseluruhan mahasiswa tidak mencari tambahan informasi lain diluar dari sumber-sumber yang sudah ada. Dapat dikatakan hanya 17.2 % yang suka mencari informasi tambahan dalam hal penyelesaian tugas-tugas yang diberikan selebihnya sebagian besar bersikap menerima materi yang sudah ada dalam menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan. Ketika menghadapi masalah dalam belajar dan tugas sebagian besar mencari alternatif dengan bertanya pada dosen atau orang lain yang dianggap berkompeten. Respon yang diberikan pada angkatan ini adalah melakukan strategi metakognisinya dimana sikap yang ditampilkan lebih kepada pengaturan, pengulangan dan pengevaluasian terhadap materi yang telah dipelajari. Secara umum dapat dikatakan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki keyakinan terhadap kemampuan dirinya dan berusaha secara mandiri menyelesaikan masalah yang ada dengan memanfaatkan sumber daya yang ada.

Untuk angkatan 2016 sebagian besar mahasiswa lebih suka belajar dan menyelesaikan masalahnya sendiri. Mereka kurang suka meminta bantuan pada dosennya ataupun mencari sumber informasi lain dan lebih suka mencari solusi dari materi yang sudah ada. Mereka suka mencatat hal-hal yang dianggap penting dan suka mengatur pelajaran dengan cara mereka sendiri. Selain mampu

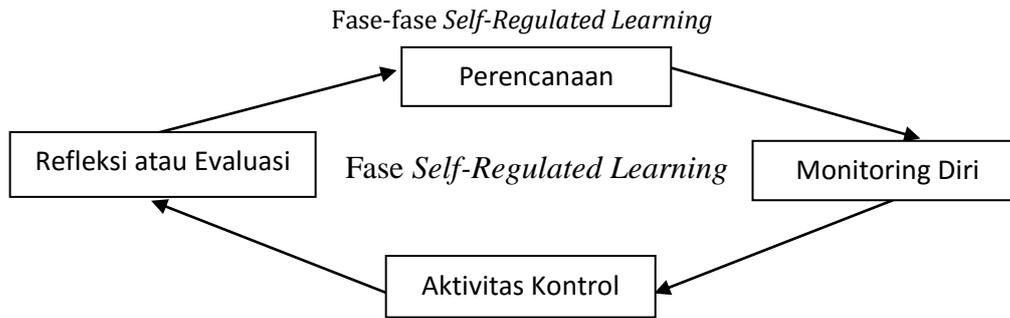
menerapkan strategi metakognisi, mereka juga memiliki keyakinan terhadap dirinya dan hal ini diutarakannya dalam sikapnya dalam menyelesaikan permasalahan yang ada.

Mahasiswa dikatakan telah menerapkan *self regulated learning* apabila mampu mengaktifkan metakognisi, motivasi dan tingkah laku dalam proses belajar mereka sendiri tanpa diperintah dan diajarkan oleh orang lain. Terdapat keinginan dan dorongan dari dalam diri mereka sendiri untuk menerapkan langkah-langkah dan strategi mengontrol proses belajar secara mandiri

Menurut Wine (dalam Yulinawati dkk, 2009) menyatakan bahwa *self-regulated learning* adalah kemampuan seseorang untuk mengelola secara efektif pengalaman belajarnya sendiri di dalam berbagai cara sehingga mencapai hasil belajar yang optimal. Lebih lanjut dikatakan oleh Santrock (2004) bahwa *self-regulated learning* adalah kemampuan untuk memunculkan dan memonitor sendiri pikiran, perasaan dan perilaku untuk mencapai suatu tujuan.

Self-regulated learning terdiri dari aktivitas-aktivitas yang terarah pada tujuan pembelajaran dimana aktivitas tersebut dimodifikasi, dijaga dan dilakukan (Zimmerman & Schunk, 1989). Di dalam proses pembelajaran *self-regulated learning* terdapat satu segi atau keistimewaan utama yaitu metakognisi (Mukhid, 2008). Menurut Uno dan Presiden (dalam Sastrawati, 2011) metakognisi merupakan keterampilan seseorang dalam mengatur dan mengontrol proses berpikirnya. Kemampuan ini berbeda antara individu yang satu dengan individu yang lain sesuai dengan kemampuan proses berpikirnya.

Teori sosial kognitif menyatakan bahwa faktor sosial, kognitif serta perilaku, memainkan peran penting dalam proses pembelajaran *self-regulated learning* (Bandura, dalam Santrock, 2004). Menurut Slameto (2010) menyatakan bahwa faktor yang mempengaruhi karakteristik kognitif siswa yaitu persepsi, perhatian, mendengarkan, ingatan, readiness (kesiapan) dan transfer, struktur kognitif, intelegensi, kreativitas, dan gaya kognitif.



Menurut Pintrich (dalam Abdul Mukhid, 2008), proses-proses *regulated* dikelompokkan ke dalam empat fase, yaitu perencanaan, monitoring diri, kontrol, dan evaluasi, di mana dalam setiap fase aktifitas *self-regulated* tersusun ke dalam empat area, yaitu kognitif, motivasional atau afektif, behavioral, dan kontekstual. Empat fase tersebut menggambarkan rangkaian umum di mana pebelajar melangkah terus menyelesaikan tugas, tetapi mereka tidak menyusunnya secara hirarkhi atau *linier*.

Fase-fase tersebut dapat terjadi secara simultan (serempak) dan dinamis, yang menghasilkan interaksi ganda di antara proses-proses dan komponen-komponen yang berbeda. Meski demikian, tidak semua tugas-tugas akademik secara eksplisit (dengan tegas) meliputi *self-regulated*. Terkadang, prestasi atau performan pada tugas-tugas tertentu tidak mewajibkan siswa secara strategi merencanakan, mengontrol, dan mengevaluasi apa yang dikerjakan siswa. Pelaksanaan *self-regulated learning* dapat dilakukan lebih atau kurang secara otomatis (atau secara mutlak atau implisit).

Pada fase *pertama*, proses *self-regulated* dimulai dengan *perencanaan*, di mana aktifitas-aktifitas penting di dalamnya seperti serangkaian tujuan yang diinginkan atau tujuan khusus yang diminta setelah tugas (penetapan tujuan yang ditargetkan). Bidang kognitif ini adalah aktivasi atau penggerakan atau pengetahuan sebelumnya tentang bahan dan pengetahuan metakognisi (pengakuan kesulitan-kesulitan yang tercakup dalam tugas-tugas yang berbeda, identifikasi pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan mereka, pengetahuan tentang sumber-sumber strategi

yang dapat digunakan dalam menunjukkan tugas, dan seterusnya).

Bidang motivasional atau afeksi adalah penggerakan kepercayaan motivasi (*self-efficacy*, tujuan, nilai yang diberikan pada tugas, minat pribadi) dan emosi-emosi. Bidang perilaku (*behavioral*) adalah perencanaan waktu dan usaha untuk tugas-tugas. Sedang bidang kontekstualnya adalah penggerakan persepsi berkenaan dengan tugas dan konteks kelas.

Fase *kedua* adalah *monitoring diri*, suatu fase yang membantu pebelajar menjadi sadar atas keadaan kognisi, motivasi, penggunaan waktu dan usaha, betapa pun kondisi dan konteks itu. Aktifitas-aktifitas ini jelas ketika para pembelajar sadar bahwa mereka membaca terlalu cepat untuk jenis teks yang rumit atau pada serangkaian tujuan-tujuan yang mereka miliki (seperti, memahami ide-ide utama), atau ketika mereka secara aktif mengamati pemahaman bacaan mereka sendiri dan menanyakan pertanyaan untuk melihat apakah mereka telah paham.

Fase *ketiga* adalah aktifitas *kontrol*, meliputi pemilihan dan penggunaan strategi pengendalian pikiran (penggunaan strategi kognitif dan metakognitif), motivasi dan emosi (strategi motivasional dan strategi kontrol emosi, yang praktis berhubungan dengan pengaturan waktu dan usaha, dan kontrol terhadap bermacam-macam tugas akademik, dan kontrol terhadap suasana dan struktur kelas).

Fase *keempat* adalah *refleksi* atau *evaluasi*, yang meliputi pertimbangan atau putusan, evaluasi yang berkenaan dengan pelaksanaan tugasnya, membandingkannya dengan kriteria yang ditetapkan (oleh diri pebelajar sendiri atau guru) sebelumnya,

atribusi atau sifat yang dibuat berkenaan dengan penyebab keberhasilan atau kegagalan, reaksi afektif yang dialami atas hasil, sebagai konsekuensi atas atribusi yang dibuat, dan pilihan perilaku yang bisa diikuti dalam masa yang akan datang.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area angkatan 2014, 2015 dan 2016 dapat dikatakan bahwa mahasiswa tersebut belum memiliki nilai indeks prestasi kumulatif yang maksimal dikarenakan mereka belum mengaktifkan keseluruhan aspek dari *strategy self-regulated learning* yang ada. Adapun aspek-aspek *strategy self-regulated learning* adalah metakognisi, motivasi dan perilaku. Dari penelitian yang telah dilakukan dapat dikatakan bahwa hampir keseluruhan sampel hanya melakukan satu atau dua strategi dan tidak melakukan keseluruhan strategi. Hal inilah yang mempengaruhi pencapaian indeks prestasi kumulatifnya menjadi kurang maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2006). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- _____. (2007). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- _____. (2007). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Chaplin, J.P. (2006). *Kamus Lengkap Psikologi*: Rajawali Pers.
- Djamarah, S.B. (2010). *Strategi Belajar Mengajar*. Cetakan 4. Jakarta: Rineka Cipta.
- Fasikhah, Siti Suminarti, Fatimah, Siti. (2013). *Self Regulated Learning (SRL) dalam Meningkatkan Prestasi Akademik Mahasiswa*. Volume.1, Nomor.1. *Jurnal Online* (<http://ejournal.umm.ac.id/index.php/jipt/article/viewFile/1364/1459>). Kamis, 20-November-2014, 13:30:45).
- Hadi, S. (2000). *Methodology Research* (Jilid 1-4). Yogyakarta: Yayasan Penerbitan Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada.
- Hamdani, R., Lahmuddin L., Aziz, A., (2015), Hubungan antara Dukungan Sosial dan Kecerdasan Emosional dengan Self-Regulated Learning Siswa. *Analitika*: 7 (2): 105-117
- Hurlock, E.B. (1980). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi 5. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, E.B. (2007). *Perkembangan Anak*. Edisi keenam Jilid 2: Penerbit Erlangga.
- Kasmadi Sunariah, N.S. (2013). *Panduan Modern Penelitian Kuantitatif*. Cetakan I. Bandung: Alfabeta.
- Latipah, Eva. (2010). *Strategi Self Regulated Learning dan Prestasi Belajar Kajian Meta Analisis*. Volume 37 Nomor.1. *Jurnal Psikologi*.
- Mukhid, Abdul. (2008). *Strategi Self Regulated Learning (Perspektif Teoritik)*. Volume 3 Nomor.2. *Jurnal Online* (<Http://tadris.stainpamekasan.ac.id/index.php/jtd/article/download/62/124>). Sabtu, 28-Juni-2014, 8:54:46).
- Munandar, Utami. (1999). *Pengembangan Kreativitas Anak Berbakat*. Cetakan Pertama. Jakarta: Pt.Rineka Cipta.
- Ormrod, Jeane Ellis. (2008). *Psikologi Pendidikan*. Edisi ke-6 Jilid II: Penerbit Erlangga.
- Sadirman, A.M. (2011). *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Cetakan ke-20. Jakarta: Pt Raja Grafindo Persada.
- Santrock, J.W. (2004). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Kencana Prenada Media.
- Schunk, D.H, Zimmerman, B.J. (1994). *Self Regulated Learning and Performance: Issue and Educational Applications*. Hove, Lawrence Erlbaum Publisher.
- Silalahi, Marto. (1990). *Gambaran Motivasi Belajar dan Self Regulated Learning Strategies Mahasiswa*. Volume 22 Nomor 2. Medan. *Jurnal Visi*.
- Siregar, S.M., Wiwik S., (2013), Efektivitas Terapi Realitas untuk Meningkatkan Self-Regulated Learning pada Mahasiswa Underachiever, *Analitika*: 5 (2): 70-75
- Slameto. (2010). *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Edisi Revisi Cetakan ke-5. Jakarta: Rineka Cipta.
- Solso, Robert.L. (2007). *Psikologi Kognitif*. Edisi kedelapan: Penerbit Erlangga.
- Tarigan, R.br., Sri M., Nurmaida I., (2015), Pengaruh Bimbingan Kelompok Peer Group terhadap Efikasi Diri dan Self-Regulated Learning, *Analitika*: 7 (2): 67-79
- Yulinawati, Irma. (2009). *Self Regulated Learning Mahasiswa Fast Track*. Volume. 15 Nomor.2. *Jurnal Psikologi*.