
Self-Regulated Learning Bagi Mahasiswa: Pentingkah?

Heni Pamungkas¹, Albrian fiky prakoso²

¹Pendidikan Ekonomi, Fakultas Ekonomi, Universitas Negeri Surabaya
henipamungkas@unesa.ac.id, ²albrianprakoso@unesa.ac.id

Abstract

An indicator of learning process run well can be measured through student' academic achievement. Self-regulated learning is assumed has a connection with student academic achievement. It is known that every students has self regulatory to control their learning activities. The research used quantitative approach and to examine the effect of student' self-regulated learning skills on academic achievement. This study involved 162 students. The results showed that self-regulated learning skills influence academic achievement. The higher self-regulated learning skill, the higher academic achievement is achieved. This result useful for further research to develop learning process that provide opportunity to enhance students self-regulated learning skills.

Keywords: sel-regulated learning, student achievement, learning process

History of Article:

Received : (15-02-2020),

Accepted : (05-03-2020),

Publised : (24-03-2020)

Citation:

Pamungkas, H, Prakoso, A.F (2020) Self-Regulated Learning Bagi Mahasiswa: Pentingkah?, *Jurnal Pendidikan Ekonomi*, 13(1), 69-75

© Universitas Negeri Malang

PENDAHULUAN

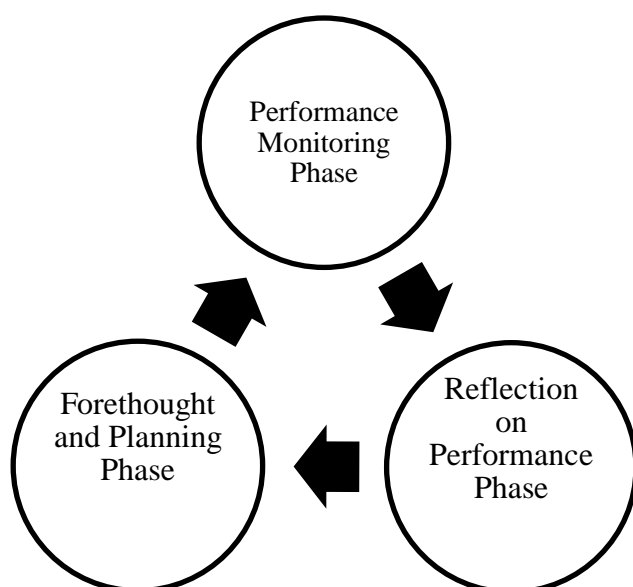
Keberhasilan kegiatan belajar mengajar dapat ditinjau dari prestasi akademik yang diraih mahasiswa. Secara umum, terdapat dua faktor yang mempengaruhi prestasi akademik, yaitu faktor intern serta faktor ekstern. Faktor intern meliputi faktor fisik dan psikologis sedangkan faktor ekstern meliputi lingkungan belajar. Secara tidak langsung, faktor-faktor tersebut mempengaruhi proses pembelajaran di kelas.

Pembelajaran pada tataran perguruan tinggi memiliki perbedaan karakteristik dengan pembelajaran pada tingkat dasar maupun menengah. Kegiatan belajar mengajar di perguruan tinggi menuntut kemandirian serta keaktifan mahasiswa, memahami tujuan belajar serta strategi untuk mencapai tujuan tersebut. Sehingga, setiap mahasiswa perlu memiliki kemampuan pengaturan diri (*self-regulated learning*) memadai untuk mencapai prestasi akademik yang diharapkan serta sukses menyelesaikan masa studinya tepat waktu. Penelitian yang membahas tentang SRL, diantaranya penelitian yang dilakukan oleh (Darmiany, 2016) yang menguji korelasi tingkat SRL mahasiswa pada tahun pertama dengan Indeks Prestasi. Penelitian tersebut melibatkan 74 mahasiswa dari angkatan yang sama. Hasil dari penelitian tersebut menyatakan bahwa semakin tinggi tingkat SRL maka semakin tinggi IP yang dicapai mahasiswa. Penelitian dari (Supriyanto, 2015) juga menunjukkan hasil yang relatif sama. (Manjunath, 2017) menyatakan bahwa SRL mendorong pebelajar untuk proaktif mencari pengetahuan baru daripada hanya bereaksi terhadap situasi yang menyediakannya kesempatan belajar. Pebelajar aktif menciptakan lingkungan belajar yang kondusif bagi dirinya serta mampu mengatur diri dalam proses belajar. Dengan demikian, maka keterampilan SRL sangat dibutuhkan mahasiswa untuk menyesuaikan diri dengan pembelajaran di tingkat perguruan tinggi yang menuntut kemandirian belajar mahasiswa.

Konsep *self regulated learning* (SRL) berawal dari teori belajar *social cognitive theories of behavior*. Kemudian konsep tersebut mengalami perkembangan hingga saat ini. (Zimmerman, 2001) menjelaskan bahwa SRL merupakan proses pengaturan diri melalui transformasi kemampuan mental pebelajar menjadi kemampuan akademik. Seseorang dikatakan memiliki kemampuan SRL yang baik ketika dia mengetahui strategi belajar, tugas, subjek yang hendak dipelajari; motivasi belajar; dan tekad yang kuat dalam memproteksi diri dari gangguan belajar yang muncul. Secara sederhana, SRL dapat diartikan sebagai proses pengaturan diri seseorang dalam mengatur kemampuan akademik. Pebelajar yang memiliki kemampuan SRL memiliki strategi belajar yang efektif, konsisten, dan kemampuan untuk menentukan strategi yang dibutuhkan dalam mencapai tujuan belajarnya (Laskey, 2010). Senada dengan pernyataan Laskey, (Peters-Burton, 2017) menyatakan bahwa pebelajar dengan tingkat SRL yang tinggi memiliki strategi belajar dan menganggap kesuksesan serta kegagalan sebagai bagian dari proses belajar. SRL memiliki beberapa komponen yaitu kognitif, afektif, motivasi, dan penyesuaian tindakan dalam meraih hasil belajar yang diinginkan (Beishuizen, 2011)

Cassidy (2011) menyatakan bahwa terdapat tiga elemen SRL, yaitu: (a) regulasi diri, meliputi penentuan tujuan dan pemilihan sumber belajar, (b) regulasi terhadap proses belajar meliputi penggunaan pengetahuan metakognitif dan kemampuan belajar secara mandiri, dan (c) pengaturan model proses meliputi pemilihan strategi kognitif. SRL terdiri dari 3 fase yang saling berkesinambungan, digambarkan dalam diagram berikut ini.

Gambar 1. Fase Self-regulated Learning



Sumber: (Zumbrunn, 2011)

Fase pertama dari SRL ialah fase pemikiran dan perencanaan (*forethought and planning phase*). Pada fase ini seseorang menganalisis tugas belajar yang hendak dikerjakan dan menetapkan tujuan untuk menyelesaikan tugas tersebut. Fase selanjutnya yaitu fase pemantauan kinerja (*performance monitoring phase*). Seseorang menggunakan strategi untuk mencapai kemajuan belajar, memantau keefektifan dari strategi belajar yang digunakan, serta memantau motivasi untuk menyelesaikan tugas belajar. Fase terakhir yaitu fase refleksi kinerja (*reflection on performance phase*). Di fase ini, pebelajar mengevaluasi proses belajar serta mengelola emosi yang berhubungan dengan hasil dari pengalaman belajar. Masing-masing fase memiliki komponen serta tugas yang berbeda. Berikut ini merupakan komponen-komponen SRL:

Tabel 1. Komponen-komponen SRL

Fase	Komponen	Tugas
Perencanaan	Penetapan tujuan Merencanakan strategi Menilai efikasi diri Menyeleksi strateegi dan metode belajar	Mahasiswa mengidentifikasi tujuan dan rencana untuk mencapai tujuan
Pelaksanaan	Memfokuskan perhatian Menghindari gangguan Instruksi diri Pemantauan diri	Mahasiswa mengidentifikasi gangguan belajar serta strategi untuk mengatasi gangguan terssebut
Refleksi diri	Membandingkan hasil refleksi diri dengan tujuan belajar yang telah ditetapkan	Mahasiswa menilai keberhasilan atau kegagalan mereka dalam memenuhi tujuan dan membuat penyesuaian yang sesuai.

Sumber: diadaptasi dari (Linda, 2015)

Dari penjelasan di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa SRL merupakan keterampilan yang perlu dimiliki mahasiswa. Jika mahasiswa memiliki keterampilan SRL yang baik, maka dia dapat mengatur proses belajarnya serta mampu mencari solusi ketika menghadapi permasalahan akademik. Namun, kondisi di lapangan menunjukkan bahwa setiap mahasiswa memiliki tingkat keterampilan SRL yang berbeda-beda. Ada mahasiswa dengan keterampilan SRL yang baik, dia mengetahui tujuan serta strategi belajarnya. Namun, disisi lain terdapat mahasiswa dengan tingkat SRL rendah. Perbedaan tingkat keterampilan SRL ini diduga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat prestasi akademik mahasiswa yang diukur melalui Indeks Prestasi Kumulatif (IPK).

Penelitian ini bertujuan untuk mengukur pengaruh SRL terhadap prestasi akademik. Adapun hipotesis penelitian ialah $H_0 = \text{SRL tidak berpengaruh terhadap prestasi akademik mahasiswa}$, sedangkan $H_a = \text{SRL berpengaruh terhadap prestasi akademik mahasiswa}$.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan populasi penelitiannya adalah mahasiswa aktif di prodi Pendidikan Ekonomi Universitas Negeri Surabaya angkatan 2016, 2017, 2018, serta 2019 sebanyak 270 orang. Penentuan sampel penelitian dilakukan dengan teknik *simple random sampling* dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

Sumber: (Sugiyono, 2019)

Adapun perhitungan sampel diperoleh hasil sebagai berikut:

$$n = \frac{270}{1 + 270(0,05)^2} = \frac{270}{1,675} = 161,19 = 162 \text{ orang}$$

Dari hasil perhitungan diatas, maka ditetapkan bahwa sampel penelitian ini sebanyak 162 mahasiswa. Instrumen penelitian yang digunakan ialah kuesioner dengan pertanyaan tertutup. Tujuan dari kuesioner tersebut untuk mengetahui tingkat SRL mahasiswa. Kuesioner terdiri dari 40 pertanyaan yang disusun berdasarkan komponen-komponen dari SRL. Opsi jawaban dari kuesioner menggunakan 5 skala Likert, yang terdiri dari sangat setuju (SS), setuju (S), netral (N), kurang setuju (KS), dan tidak setuju (TS).

Data penelitian dianalisis dengan menggunakan teknik regresi linear sederhana melalui software SPSS. Uji regresi dilakukan menggunakan uji T, dimana keterampilan SRL menjadi variabel independen sedangkan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) sebagai variabel dependen. Namun, sebelum uji regresi, dilakukan uji prasyarat untuk mengetahui kelayakan data penelitian. Uji prasyarat penelitian meliputi uji normalitas serta uji linearitas. Berikut ini adalah uraian dari masing-masing uji prasyarat:

1. Uji normalitas

Bertujuan untuk mengetahui normalitas distribusi dari variabel independen dan variabel dependen dengan menggunakan tes Kolmogorov-Smirnov. Penentuan normal atau tidaknya variabel dapat dilihat dari nilai signifikansi. Apabila signifikansi (Sig.) > 0,05 maka data variabel penelitian berdistribusi normal. Sebaliknya, jika signifikansi (sig.) < 0,05 maka data variabel penelitian tidak berdistribusi normal.

2. Uji linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan linear dari dua variabel yang diuji. Dasar pengambilan keputusannya adalah apabila Deviation from linearity Sig. > 0,05, maka terdapat hubungan linear diantara kedua variabel. Namun, apabila Deviation from Linearity Sig. < 0,05 dapat diartikan bahwa tidak terdapat hubungan yang linear antar variabel.

HASIL DAN DISKUSI

Uji normalitas

Uji normalitas menggunakan tes Kolmogorov-Smirnov pada tingkat $\alpha = 5\%$. Tabel dibawah ini merupakan output dari tes Kolmogorov-Smirnov.

Tabel 2. Hasil tes Kolmogorov-Smirnov

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test	
	Unstandardized Residual
Asymp. Sig. (2-tailed)	.200

Sumber: data diolah, 2020

Dari hasil uji normalitas, diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar $0,200 > 0,05$, sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa data terdistribusi normal.

Uji linearitas

Setelah melakukan uji normalitas, maka langkah selanjutnya ialah melakukan uji linearitas. Berikut ini merupakan table hasil uji linearitas.

Tabel 3. Hasil Uji Linearitas

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
IPK * SRL	Between Groups	(Combined)	11571.413	52	222.527	.734	.893
		Linearity	1257.203	1	1257.203	4.145	.044
		Deviation from Linearity	10314.210	51	202.239	.667	.946

Sumber: data diolah, 2020

Dari hasil output analisis data diatas, diketahui nilai signifikansi Deviation from Linearity sebesar $0,946 > 0,05$, yang berarti bahwa terdapat hubungan linear pada variabel SRL dengan variabel IPK.

Uji hipotesis

Setelah melakukan uji prasyarat, maka langkah selanjutnya ialah melakukan uji regresi. Penentuan pengambilan keputusan pada uji regresi dapat dilihat dari nilai signifikansi output penelitian dengan ketentuan berikut:

1. Apabila signifikansi $< 0,05$, maka ada pengaruh antara SRL terhadap IPK
2. Apabila nilai signifikansi $> 0,05$, maka tidak terdapat pengaruh SRL terhadap IPK

Tabel 4. Hasil Uji T

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	Sig.	
		B	Std. Error	Beta		t
1	(Constant)	327.617	11.704		27.992	.000
	SRL	.215	.100	.168	2.153	.033

a. Dependent Variable: IPK

Sumber: data diolah, 2020

Tabel diatas menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar $0,033 < 0,05$, hal ini berarti bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya, ada pengaruh antara tingkat SRL terhadap Indeks Prestasi Mahasiswa. Semakin tinggi tingkat kemampuan SRL mahasiswa, maka semakin tinggi pula IPK yang dicapai. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Dent, 2016) bahwa hasil belajar berkorelasi dengan strategi kognitif dan proses metakognitif yang merupakan bagian dari SRL. Perencanaan memungkinkan mahasiswa untuk memetakan tugas-tugas akademik sementara pemantauan diri dan kontrol diri memungkinkan mereka untuk mengevaluasi hasil belajar yang telah diperoleh. (Mega,dkk, 2014) menyatakan bahwa SRL merupakan cara yang efektif untuk meningkatkan hasil belajar. Terdapat hubungan antara emosi, SRL, motivasi, dan prestasi akademik. Adanya pengaruh emosi pada berbagai aspek SRL. Secara khusus, emosi positif mahasiswa secara positif mempengaruhi mereka untuk mengorganisasi waktu belajar akademik dan meringkas bahan studi secara pribadi. Emosi positif juga memiliki efek positif pada evaluasi mahasiswa tentang pembelajaran, persiapan strategis untuk ujian, dan refleksi metakognitif selama studi mereka. Hal ini menunjukkan adanya relevansi emosi positif dengan SRL dan motivasi untuk belajar.

Hasil penelitian ini mendukung penelitian (Moon-Heum, 2015) yang menjelaskan bahwa variabel motivasi dan emosional secara signifikan memprediksi prestasi siswa. Emosi memainkan peran penting dalam kenyamanan belajar siswa. Ketika siswa yang merasa bosan dan frustrasi dengan pelajaran maka tidak cenderung puas dengan pelajaran tersebut. Sejalan dengan penelitian Moon-Heum, penelitian yang dilakukan oleh (Cleary, 2017) menyatakan bahwa *self-efficacy* dan strategi SRL memiliki pengaruh terhadap kemampuan kognitif dan prestasi akademik. (J. Broadbent, 2015) menyatakan bahwa keterampilan sangat diperlukan dalam proses pembelajaran di perguruan tinggi terutama pembelajaran berbasis online. Dari 9 subkomponen SRL (metakognisi, manajemen waktu, upaya regulasi, pembelajaran sebaya, elaborasi, latihan, organisasi, pemikiran kritis, dan pencarian bantuan), empat subkomponen secara signifikan terkait dengan prestasi akademik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang memanfaatkan waktu mereka dengan baik, paham kebiasaan belajar mereka, dan tekun dalam memahami materi pembelajaran meskipun mengalami hambatan belajar akan mencapai nilai akademik yang lebih tinggi.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat self-regulated learning berpengaruh positif terhadap prestasi belajar mahasiswa. Semakin tinggi kemampuan SRL (pengaturan diri dalam belajar), maka akan mempermudah mahasiswa meraih prestasi akademik lebih tinggi. Sehingga, perlu dilakukan upaya-upaya untuk meningkatkan kemampuan SRL mahasiswa. Saran bagi penelitian selanjutnya: 1) Memperluas subjek penelitian; dan 2) Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai inovasi pembelajaran yang dapat melatih kemampuan SRL mahasiswa.

REFERENSI

- Beishuizen, J. (2011). *Self-Regulated Learning in Technology Enhanced Learning Environments*. The Netherlands: Sense Publishers.
- Cassidy, S. (2011). Self-regulated learning in higher education: identifying key component processes. *Studies in Higher Education*, 36(8), 989-1000. doi:10.1080/03075079.2010.503269

- Cleary, T. J., Anastasia Kitsantas. (2017). Motivation and Self-Regulated Learning Influences on Middle School Mathematics Achievement. *School Psychology Review*, 46(1), 88-107.
- Darmiany. (2016). Self-regulated learning mahasiswa pendidikan guru Sekolah dasar (PGSD) tahun pertama. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*, 2(1), 72-83.
- Dent, A. L., Alison C. Koenka. (2016). The Relation Between Self-Regulated Learning and Academic Achievement Across Childhood and Adolescence: A Meta-Analysis. *Educ Psychol Rev*, 28, 425–474. doi:10.1007/s10648-015-9320-8
- J. Broadbent, W. L. P. (2015). Self-regulated learning strategies & academic achievement in online higher education learning environments: A systematic review. *Internet and Higher Education*, 27, 1–13. doi:<http://dx.doi.org/10.1016/j.iheduc.2015.04.007>
- Laskey, C. J. H. M. L. (2010). Self-regulated Learning, Metacognition, and Soft Skills: The 21st Century Learner. *Metacognition and Soft Skills*, 1-17.
- Linda, B., Karen D. Y. Campbell, Tony Perez & Cherng-Jyh Yen. (2015). The Effects of Self-Regulated Learning Training on Community College Students' Metacognition and Achievement in Developmental Math Courses. *Community College Journal of Research and Practice*. doi:10.1080/10668926.2015.1068718
- Manjunath Siddaiah-Subramanya, Masimba Nyandowe, Omar Zubair. (2017). Self-regulated learning: why is it important compared to traditional learning in medical education?. *Advances in Medical Education and Practice*, 8, 243-246
- Mega, C., Lucia Ronconi, Rossana De Beni. (2014). What Makes a Good Student? How Emotions, Self-Regulated Learning, and Motivation Contribute to Academic Achievement. *Journal of Educational Psychology*, 106(1), 121–131. doi:10.1037/a0033546
- Moon-Heum, C. M. L. H. (2015). Self-regulated learning: the role of motivation, emotion, and use of learning strategies in students' learning experiences in a self-paced online mathematics course. *Distance Education*, 36(1), 80-99. doi:10.1080/01587919.2015.1019963
- Peters-Burton, I. S. B. E. E. (2017). Self-regulated learning microanalysis as a tool to inform professional development delivery in real-time. *Metacognition Learning*, 12, 45–78. doi:10.1007/s11409-016-9160-z
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Supriyanto. (2015). Hubungan Antara Self-regulated Learning dan Prestasi Akademik pada Mahasiswa Semester Pertama Prodi Psikologi Universitas Pembangunan Jaya. *Jurnal Universitas Pembangunan Jaya*, 2(2), 49-61.
- Zimmerman, B. J. (2001). *Attaining Self Regulation A Social Cognitive Perspective*. United States of America: Academic Press.
- Zumbrunn, S., Joseph Tadlock, Elizabeth Danielle Roberts. (2011). *Encouraging Self-Regulated Learning in the Classroom: A Review of the Literature*. Metropolitan Educational Research Consortium (MERC).