



orang. Drs Tri Budi Utama MSM, Kepala Biro Akademik dan Perencanaan Kemahasiswaan Mahasiswa ITS, mengatakan, berdasarkan analisa, mahasiswa yang DO ialah mahasiswa yang belum berhasil melewati evaluasi selama menjalani masa perkuliahan di kampus. Namun, menurut Tri Budi, jumlah mahasiswa DO tersebut tergolong kecil yakni masih 0,6 persen untuk mahasiswa sarjana. Karena berdasarkan target ITS, jumlah mahasiswa DO pada periode 2014-2015 adalah sebanyak 1,3 persen dari jumlah total tingkat mahasiswa sarjana.

Beban akademik dan standarisasi kelulusan mahasiswa adalah sama, salah satunya berupa evaluasi selama masa perkuliahan. Jika terdapat mahasiswa yang di DO karena belum berhasil melewati evaluasi, maka terdapat pula mahasiswa yang justru dapat melampaui evaluasi tersebut dengan baik sehingga menghasilkan nilai yang baik pula. Bahkan mereka juga mampu meraih banyak prestasi di luar tanggung jawab akademiknya, yang kemudian disebut sebagai Mahasiswa Berprestasi.

Di tengah kondisi pendidikan yang demikian, menurut peneliti keberadaan Mahasiswa Berprestasi, yaitu mahasiswa yang berhasil melewati evaluasi selama menjalani masa perkuliahan ditambah dengan memiliki prestasi tinggi dan meraih berbagai penghargaan di bidang akademik maupun non-akademik, sebagai fenomena yang menarik. Mereka adalah gambaran mahasiswa yang berprestasi ideal, yaitu sukses dalam tugas akademik maupun kehidupan non akademiknya; menguasai bidang ilmu yang ditekuninya, mencapai nilai hasil belajar yang sangat baik, dan meningkatkan keterampilan, mengembangkan minat dan mengasah

bakat dan potensi dirinya dengan aktif dalam berbagai kegiatan ekstrakurikuler (Dirjen Dikti, 2010).

Departemen Pendidikan Nasional secara umum memberikan kriteria mengenai mahasiswa berprestasi, yaitu mahasiswa yang berhasil mencapai prestasi tinggi, baik akademik maupun non akademik, mampu berkomunikasi dengan bahasa Indonesia dan bahasa Inggris, bersikap positif, serta berjiwa Pancasila (Depdiknas, 2010 dalam Ratna Haryani, 2014). Secara khusus, kriteria mahasiswa berprestasi tersebut dapat dilihat dari: 1) IPK, 2) karya tulis ilmiah, 3) aktif dalam kegiatan kurikuler, ko-kurikuler, dan ekstra kurikuler, 4) dapat berbahasa Inggris dengan baik, serta 5) kepribadian.

Prestasi akademik sudah sejak lama menjadi kajian yang menarik dalam berbagai penelitian, terutama dalam penelitian bidang psikologi pendidikan. Ini dikarenakan prestasi akademik merupakan salah satu tolak ukur dari keberhasilan seseorang dalam dunia akademik (El-Anzi, 2005 dalam Latipah, 2010). Prestasi akademik, baik pada tingkat dasar maupun lanjutan merupakan masalah yang selalu dianggap penting dalam dunia pendidikan.

Menurut El-Anzi (2005 dalam Latipah, 2010), prestasi akademik berperan terhadap beberapa aspek kehidupan seperti dengan kecemasan, *self esteem*, dan optimisme (vs pesimisme). Siswa yang berprestasi akademik tinggi juga cenderung memiliki motivasi daya saing yang kuat dibanding dengan siswa yang berprestasi rendah (Lens W., Lacante, M., Vansteenkiste, M., & Herrera, D, 2005).

Terdapat beberapa ranah atau domain yang terlibat dalam prestasi akademik diantaranya adalah ranah intelektual/kognitif (Sabornie, dkk, 2005 dalam Latipah, 2010). Ranah kognitif merupakan salah satu domain atau ranah psikologis yang meliputi setiap perilaku mental yang berhubungan dengan pemahaman, pertimbangan, pengolahan informasi, pemecahan masalah, kesengajaan, dan keyakinan (Trainin & Swanson, 2005). Domain kognitif berhubungan dengan konasi (kehendak) dan afeksi (perasaan). Ranah kognitif merupakan sumber sekaligus pengendali ranah lainnya yakni afektif dan psikomotorik. Temuan-temuan penelitian menunjukkan bahwa dalam belajar, kemampuan intelektual memainkan peranan yang sangat besar, khususnya terhadap tinggi rendahnya prestasi akademik yang dicapai seseorang (Merdinger Joan, M., Hines, A.M., Osterling, K.L., & Wyatt, P, 2005 dalam Latipah, 2010).

Prestasi akademik menurut perspektif kognitif sosial dipandang sebagai hubungan yang kompleks antara kemampuan individu, persepsi diri, penilaian terhadap tugas, harapan akan kesuksesan, strategi kognitif dan regulasi diri, gender, gaya pengasuhan, status sosio ekonomi, kinerja dan sikap individu terhadap sekolah (Clemons, 2008). Hal ini menunjukkan bahwa prestasi akademik individu ditentukan oleh dua faktor, baik eksternal maupun internal. Sebagaimana dinyatakan oleh Chung (2002) bahwa, belajar tidak hanya dikontrol oleh aspek eksternal saja, melainkan juga dikontrol oleh aspek internal yang diatur sendiri (*self-regulated*). Oleh karena itu, belajar harus dipahami sebagai proses aktif, konstruktif dan *self-regulated* (Montalvo & Tores, 2004). Sehingga, individu yang belajar akan mendapatkan prestasi akademik yang baik, bila ia menyadari,

bertanggung jawab dan mengetahui cara belajar yang efektif atau memiliki strategi regulasi diri dalam belajar (*self-regulated learning*) yang baik (Fasikhah, 2013).

*Self-Regulated Learning* (SRL) merupakan kegiatan dimana individu yang belajar secara aktif, menyusun, menentukan tujuan belajar, merencanakan dan memonitor, mengatur dan mengontrol kognisi, motivasi perilaku serta lingkungannya untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan (Filho, 2001; Pintrich, 2004; Wolters, 2003). Secara teoritis kemampuan meregulasi diri individu dalam belajar (*self-regulated learning*) telah berkembang baik pada masa remaja (Wang, 2004 dalam Fasikhah, 2013).

Di antara banyak faktor yang mempengaruhi prestasi seseorang, kemampuan melakukan regulasi diri/*self-regulation* termasuk dalam faktor personal (Woolfolk, 2010); berasal dari dalam diri individu. Regulasi diri didefinisikan sebagai proses menghasilkan pikiran, perasaan dan tindakan, merencanakan dan mengadaptasikannya secara terus-menerus untuk mencapai tujuan-tujuan (Zimmerman, 2000). Ia pun mengacu pada keterlibatan aktif seseorang dalam membuat tujuan, memantau dan mengevaluasi kemajuan dan jika dibutuhkan, menyesuaikan strategi untuk mencapai tujuan (Senko & Harackiewicz, 2005 dalam Husna, dkk, 2007).

Menurut Alfina (2014) bekal utama yang dibutuhkan siswa untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan tugas adalah memiliki kemampuan dan keterampilan untuk mengatur kegiatan belajar, mengontrol perilaku belajar, dan mengetahui tujuan, arah, serta sumber-sumber yang mendukung untuk belajarnya.

Masalah belajar adalah masalah pengaturan diri, karenanya siswa membutuhkan pengaturan diri (*self-regulated learning*) atau (SLR). Pengaturan diri (SLR) dibutuhkan siswa agar mereka mampu mengatur dan mengarahkan dirinya sendiri, mampu menyesuaikan dan mengendalikan diri, terutama bila menghadapi tugas-tugas yang sulit. Bandura (Filho, 2001) mendefinisikan *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. Lebih lanjut Zimmerman (2004 dalam Alfina, 2014) mendefinisikan *self-regulated learning* sebagai kemampuan belajar untuk berpartisipasi aktif dalam proses belajarnya, baik secara metakognitif, secara motivasional dan secara behavioral.

Menurut Boekaerts (2000 dalam Susanto, 2006), ada beberapa faktor yang mempengaruhi keberhasilan mahasiswa untuk mencapai prestasi yang optimal, yaitu inteligensi, kepribadian, lingkungan kampus, dan lingkungan rumah. Salah satu faktor yang turut mempengaruhi keberhasilan mahasiswa dalam mencapai prestasi optimal yaitu *self-regulation* (SR). Mahasiswa yang memiliki tingkat inteligensi yang baik, kepribadian, lingkungan rumah dan kampus yang mendukung, perlu ditunjang dengan kemampuan SR untuk mencapai prestasi optimal.

Bandura, Zimmerman, dan Martinez-Pons (Papalia, Diane E, 2001 dalam Yulinawati, 2008) berpendapat bahwa individu yang mengatur diri mereka dalam belajar dan meyakini bahwa ia mampu mengatasi bahan-bahan akademik akan

memiliki kesuksesan dan prestasi belajar yang tinggi dibandingkan dengan individu yang tidak percaya akan kemampuan dirinya. Usaha individu untuk mencapai tujuan belajar dengan mengaktifkan dan mempertahankan pikiran, emosi dan perilaku disebut *self-regulated learning* (SRL).

Regulasi diri dipengaruhi oleh banyak hal. Dari faktor internal, regulasi diri dipengaruhi oleh pengetahuan, motivasi dan *volition* (Woolfolk, 2010). Dari faktor eksternal, regulasi diri dipengaruhi oleh kondisi lingkungan berupa ada tidaknya kesempatan untuk meregulasi diri dan ketersediaan sumber belajar (Boekaerts & Niemivirta, 2000; Pintrich, 2000); faktor sosial berupa hubungan sosial yang mempengaruhi tujuan, usaha dan pengawasan (Finkel & Fitzsimons, 2011); faktor perkembangan di mana disebutkan bahwa kemampuan regulasi diri merupakan hasil dari perkembangan kemampuan kognitif dan kemampuan representasional, yang dipengaruhi oleh adanya bimbingan dari orangtua atau agen sosialisasi lainnya (Parke & Gauvain, 2009) dan dipengaruhi oleh tugas perkembangan individu (Heckhausen, 1999); faktor budaya lewat temuan adanya perbedaan proses regulasi antara masyarakat Barat yang individualistik dengan masyarakat Timur yang kolektivistik (Jackson dkk, 2000; Trommsdorff, 2009, 2012); dan faktor agama (McCullough & Willoughby, 2009).

Pentingnya kemampuan *self regulation* dalam menunjang keberhasilan seseorang dalam mencapai prestasi yang optimal ditunjang oleh hasil survey yang dilakukan Yayasan Kesejahteraan Anak Indonesia terhadap 306 orang siswa kelas IV sampai VI Sekolah Dasar menunjukkan bahwa pada tahun 1997 rata-rata anak menonton televisi sekitar 26 jam/minggu, kemudian pada tahun 2001 meningkat

menjadi sekitar 35 jam/minggu atau sama dengan 5 s/d 6 jam per hari. Sebanyak 50% responden menyadari bahwa mereka terlalu banyak menghabiskan waktu di depan televisi sehingga mereka cenderung lupa untuk belajar (Kompas, 24 Juli 2001). Hal yang senada juga diungkapkan oleh salah seorang guru Sekolah Dasar Negeri yang menyatakan bahwa proses belajar seringkali terabaikan hanya karena anak terlalu sering bermain *playstation*. ([www.kompas.com](http://www.kompas.com)). Di sini jelas terlihat bahwa ketidakmampuan anak dalam mengatur jadwal belajar dengan bermain (merupakan salah satu kemampuan dalam *self regulation akademik*) membuat proses belajar menjadi terabaikan. Meskipun seorang siswa memiliki tingkat intelegensi yang baik, kepribadian, lingkungan rumah, dan lingkungan sekolah yang mendukungnya, namun tanpa ditunjang dengan kemampuan *Self Regulation* maka siswa tersebut tetap tidak akan mampu mencapai prestasi yang optimal (Susanto, 2006).

Menurut Santrock (2007) siswa yang memiliki kemampuan *self-regulated learning* menunjukkan karakteristik mengatur tujuan belajar untuk mengembangkan ilmu dan meningkatkan motivasi, dapat mengendalikan emosi sehingga tidak mengganggu kegiatan pembelajaran, memantau secara periodik kemajuan target belajar, mengevaluasinya dan membuat adaptasi yang diperlukan sehingga menunjang dalam prestasi, oleh karena itu kemampuan *self-regulated learning* sangat penting dimiliki oleh mahasiswa, agar memiliki tanggung jawab yang besar terhadap diri dan perilaku demi tercapainya tujuan yang telah ditargetkan.

Penelitian ini dilakukan kepada dua orang mahasiswa tingkat akhir di Institut Teknologi Sepuluh November (ITS) Surabaya. Peneliti memfokuskan







Latipah (2013) menemukan bahwa strategi *self regulated learning* memberikan pengaruh positif terhadap prestasi belajar siswa. Alfina (2014) menemukan hubungan negatif dan signifikan antara prokrastinasi akademik dengan kemampuan *self regulated learning* siswa-siswi akselerasi di SMA Negeri 1 Samarinda, yang berarti bahwa semakin rendah prokrastinasi seorang siswa maka akan semakin tinggi kemampuan *self regulated learning* yang dimiliki.

Yusuf (2011) mengkaji dampak *self-efficacy*, motivasi berprestasi, dan strategi *self-regulated learning* pada siswa berprestasi akademik. Secara khusus, analisis menunjukkan pengaruh langsung dari *self-efficacy* dan pengaruh tidak langsung motivasi berprestasi dan strategi *self-regulated learning* pada prestasi akademik peserta.

Effeney dkk (2013) mengidentifikasi kunci dari strategi dan sumber-sumber *self regulated learning* pada beberapa siswa dan menemukan bahwa kebiasaan awal dari keluarga membentuk pengalaman dalam kaitannya dengan pekerjaan rumah dan studi rutinitas ditemukan untuk membentuk dasar penting untuk SRL yang efektif. Serta guru diidentifikasi sebagai sumber yang paling umum dari strategi SRL dengan pengalaman formatif penting yang terjadi selama dua tahun pertama sekolah tinggi.

Panadero dan Alonso (2014) mengulas mengenai strategi pembelajaran sangat penting bagi prestasi akademik siswa. Model pembelajaran mandiri menawarkan latar belakang teoritis yang komprehensif. Model siklus pembelajaran mandiri Zimmerman digambarkan dan dianalisis sebagai salah satu yang paling komprehensif. Model ini didasarkan pada teori kognitif sosial dan

terdiri dari tiga fase (pemikiran, kinerja dan refleksi diri) dengan fokus khusus pada pengaruh motivasi pada regulasi diri. Model siklus Zimmerman meliputi kognitif, perilaku dan aspek motivasi, ialah bahwa model menjelaskan secara lebih rinci hubungan antara motivasi dan self-regulation. Namun demikian, bahkan jika ada model lain dengan penekanan lebih besar pada proses kognitif selama tugas atau dengan penekanan lebih besar pada peran emosi, model Zimmerman yang sangat komprehensif karena mencakup sebagian besar proses kunci yang berperan ketika seorang siswa belajar dengan sangat rinci dan menawarkan kerangka teoritis yang determinan aspek apa yang relevan jika kita ingin meningkatkan self-regulation siswa.

Cleary (2004) mengulas sebuah program penilaian dan intervensi/pelatihan yang dirancang untuk meningkatkan motivasi dan self regulated siklus belajar di sekolah menengah dan sekolah tinggi siswa, menunjukkan bahwa hal itu memiliki efek positif pada prestasi siswa dan motivasi. Potensi efektivitas model pengaturan diri dari Zimmerman (2000) ini didasarkan tidak hanya pada pengembangan proses self-regulatory tapi juga pada pesan untuk membangun "harapan" dan "pemberdayaan" pada siswa dan masing-masing orang tua dan / atau guru. Memberdayakan siswa untuk menjadi pembelajar mandiri lebih dan membantu guru dan orang tua lebih mengembangkan keterampilan ini pada anak-anak mereka secara signifikan dapat meningkatkan siswa motivasi dan prestasi di sekolah (Zimmerman, 1989, 2002).

Dari penelitian terdahulu yang dilakukan Fasikhah dan Fatimah (2013), Latipah (2013), Alfina (2014), Yusuf (2011), Effeney dkk (2013), Panadero dan

Alonso (2014), serta Cleary (2004) ditemukan variabel yang sama yaitu *self-regulated learning*. Namun penelitian-penelitian tersebut berbeda dengan penelitian yang peneliti lakukan kali ini meskipun bervariasi sama karena judul yang diangkat adalah *SELF REGULATED LEARNING PADA MAHASISWA BERPRESTASI*. Subyek yang dipilih yaitu dua orang mahasiswa berprestasi tingkat akhir jurusan sistem perkapalan dan teknik fisika di ITS Surabaya. Kedua subyek tersebut merupakan gambaran dari mahasiswa berprestasi ideal. Mereka dapat melampaui evaluasi secara baik dan mendapatkan hasil atau nilai akademik yang baik pula, mendapatkan berbagai penghargaan di bidang akademik maupun non-akademik serta memiliki kemampuan berbahasa asing.

