

## Kontribusi Fase *Self-Regulated Learning* terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Psikologi Angkatan 2012 Universitas Islam Bandung

<sup>1</sup>Rizki Ridwan Ramdani, <sup>2</sup>Agus Sofyandi Kahfi

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Jl. Tamansari No 1 Bandung 40116  
e-mail: <sup>1</sup>[rizuq3r@gmail.com](mailto:rizuq3r@gmail.com), <sup>2</sup>[agussofyandikahfi@yahoo.co.id](mailto:agussofyandikahfi@yahoo.co.id)

**Abstrak:** Banyaknya mahasiswa psikologi angkatan 2012 Universitas Islam Bandung yang mendapatkan IPK < 2,5. Faktanya mahasiswa psikologi 2012 adalah mahasiswa yang telah melewati tahap seleksi yaitu seleksi melalui tes akademik dan psikotes. Pada mahasiswa yang memiliki IPK <2,5 mereka tidak mampu mengatur dirinya seperti tidak menentukan target belajarnya, tidak fokus dikelas, dan tidak mampu memperbaiki kesalahan belajarnya. Namun terdapat pula mahasiswa dengan IPK <2,5 yang sudah mampu mengatur dirinya. Kemampuan pengaturan diri ini disebut *self-regulated learning* (SRL). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kontribusi fase-fase *self-regulated learning* dan fase mana yang paling berkontribusi terhadap prestasi belajar mahasiswa psikologi 2012. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *ex post facto*. Sampel berjumlah 106 orang Mahasiswa Psikologi 2012. Alat Ukur yang digunakan adalah kuesioner mengenai 3 Fase *Self Regulated Learning* (SRL) sesuai dengan teori dari BJ. Zimmerman serta data sekunder prestasi belajar yaitu IPK. Pengolahan data yang dilakukan adalah dengan menggunakan *path analysis* dengan bantuan program SPSS versi 20. Hasilnya menunjukkan bahwa fase *self-regulated learning* berkontribusi terhadap Prestasi Belajar dan fase yang paling berkontribusi adalah fase *forethought*.

**Kata Kunci:** *Self-Regulated Learning*, Prestasi Belajar, Mahasiswa Psikologi 2012 Universitas Islam Bandung

### A. Pendahuluan

Seiring ketatnya dunia pekerjaan, hal ini mendorong penyelenggaraan pendidikan untuk lebih maju agar kualitas SDM yang dihasilkan mampu berkompetensi satu sama lain. Pada tahun 1989 pemerintah menyelenggarakan wajib belajar 6 tahun, lalu 9 tahun pada tahun 1994 dan mulai merintis wajib belajar 12 tahun pada tahun 2012. Semakin tingginya tuntutan tuntutan belajar, menunjukkan bahwa semakin tinggi pendidikan seseorang maka akan semakin berkualitas.

Bandung adalah salah satu kota di Indonesia yang banyak menjadi incaran para pendatang, baik untuk berwirausaha ataupun menempuh pendidikan tinggi. Banyak Perguruan Tinggi di Bandung, salah satunya Universitas Islam Bandung (UNISBA). Unisba sudah berdiri sejak tahun 1958 dan terbagi ke dalam 10 fakultas. Pada dasarnya setiap lulusan dari semua universitas dituntut untuk menguasai kompetensi-kompetensi untuk menunjang profesinya, oleh sebab itu Unisba melakukan seleksi untuk mendapatkan bibit unggul calon mahasiswanya. Calon mahasiswa diseleksi melalui tes pengetahuan umum, namun di Fakultas Psikologi melakukan test psikologi atau psikotest, untuk memperoleh calon mahasiswa dengan kecakapan khusus.

Ketatnya seleksi yang dilakukan fakultas psikologi untuk memilih calon mahasiswa yang mampu menghadapi beban kuliah dan mengoptimalkan prestasinya. Beban kuliah mahasiswa psikologi Unisba adalah berjumlah 146 SKS dan melakukan banyak penelitian. Fakultas Psikologi merupakan salah satu fakultas di Unisba yang memiliki banyak mata kuliah penelitian dibandingkan dengan fakultas lain di Unisba seperti, Experimen II, Praktikum, KKPP, Kapsel, Metpen III, dan Skripsi. Berbeda

dengan fakultas lain di Unisba, seperti Fakultas Kedokteran yang memiliki 4 mata kuliah. Kemudian fakultas Ekonomi, Fikom, Teknik, dan MIPA yang hanya memiliki 2 mata kuliah penelitian (Agni, 2013). Selain dari segi akademik, mahasiswa psikologi unisba dituntut untuk memiliki *soft skill* seperti kegiatan bergoranasasi, pelatihan, ataupun kegiatan diluar bidang akademik.

Dalam menghadapi tuntutan akademik dan non-akademik, fakultas psikologi unisba menyelenggarakan program orientasi mahasiswa yang disebut PAKEM (Penerimaan Keluarga Mahasiswa). Kegiatan ini terdiri dari tiga rangkaian, yaitu Ta'aruf, PPMB, dan PPD, dimana pada intinya kegiatan ini bertujuan untuk mengenalkan bagaimana cara menghadapi perkuliahan di fakultas psikologi unisba dan pengembangan diri.

Walaupun sudah menjalani masa orientasi dan lolos seleksi yang cukup ketat, mahasiswa psikologi masih belum mencapai prestasi belajar yang optimal. Definisi prestasi belajar dikemukakan oleh Winkel dalam Sunarto (2009) yang menyatakan bahwa prestasi belajar adalah suatu bukti keberhasilan belajar atau kemampuan seseorang siswa dalam melakukan kegiatan belajarnya sesuai dengan bobot yang dicapainya. Berdasarkan data yang diperoleh dari fakultas psikologi tahun 2014-2015, terdapat 664 orang mahasiswa aktif dari angkatan 2010-2013. Terdapat 156 orang mahasiswa yang memiliki IPK diatas 3,00 dan 261 orang pada rentang 2,50-2,99, dan IPK dibawah 2,5 berjumlah 247 orang. Dari data tersebut masih banyak mahasiswa yang menunjukkan prestasi yang belum optimal, hal ini terlihat dari Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) mahasiswa yang berada di bawah  $< 2,5$ . Dari data tersebut mahasiswa psikologi angkatan 2012 merupakan angkatan yang terbanyak memiliki IPK  $< 2,5$  yaitu sebanyak 86 orang.

Rendahnya IPK mahasiswa tersebut tentunya berpengaruh terhadap masa studinya. Didalam satu semester, jumlah sks yang disediakan untuk dikontrak rata-rata sekitar 20 sks ke atas sedangkan mahasiswa yang memiliki IPK  $< 2,5$  hanya diperkenankan mengontrak maksimal 18 sks, yang artinya mahasiswa-mahasiswa tersebut akan mengalami kemunduran masa studinya.

Menurut Gage & Berliner (1992) faktor-faktor yang berpengaruh terhadap prestasi belajar yaitu IQ, bakat, motivasi, sikap, minat, kondisi fisik, perhatian, lingkungan rumah, lingkungan tempat belajar atau sekolah, dan lingkungan situasional baik sosial, dan non sosial. Psikotes yang digunakan untuk proses seleksi mahasiswa menjangring lima aspek psikologis, yaitu intelegensi, motivasi, relasi dan emosi. Dengan lolosnya psikotes tersebut, artinya mahasiswa memiliki kualifikasi diri yang sesuai dengan tuntutan yang akan dihadapinya.

Selain yang telah diungkapkan Gage & Berliner, para peneliti telah menemukan peran penting dari aktifitas *Self-regulatory* tertentu yang digunakan siswa untuk sukses dalam belajar (Pintrich & De Groot, 1990; Pressley & Woloshyn, 1995; Schunk & Zimmerman, 1994; Zimmerman & Schunk, 1989). Dibandingkan dengan siswa prestasi rendah, siswa dengan prestasi tinggi menentukan tujuan belajar lebih spesifik untuk dirinya, menggunakan strategi lebih banyak untuk belajar, dan melakukan *self-monitoring* didalam belajar lebih banyak, dan lebih sistematis didalam menyesuaikan usaha mereka terhadap hasil belajarnya. Sebuah program yang mengajarkan anak-anak *self-regulated learning strategies* menemukan terdapat peningkatan prestasi siswa (Fuchs et al., 2003; Mason, 2004; dalam Slavin 2009). Ketika proses *self-regulatory* berperan utuh didalam pengembangan dan penggunaan kemampuan belajar, siswa menjadi lebih peka memahami kemajuannya didalam prestasi akademik dan mengalami

peningkatan rasa *personal efficacy*-nya (Zimmerman 1996). Ditemukan pula bukti bahwa seorang siswa yang mengalami kesulitan didalam regulasi-diri atau *self-regulation* dalam studinya akan mendapatkan prestasi yang rendah di sekolahnya (Zimmerman and Martinez-Pons, 1986, 1988; dalam Boekaerts 2000).

Menurut hasil wawancara kepada 15 orang mahasiswa, 9 orang mahasiswa yang memiliki IPK < 2,5 tidak memiliki target nilai yang harus dicapai setiap semesternya, adapun yang menetapkan hanya menetapkan nilai yang rendah. Mahasiswa hanya membuat target ingin menyelesaikan kuliah dalam 4 tahun, namun mereka tidak memiliki strategi-strategi dalam pencapaian targetnya tersebut sehingga lebih memilih cepat lulus walaupun IPK yang diperoleh kecil. Didalam menjalani perkuliahan, pada dasarnya mahasiswa psikologi adalah orang-orang yang memiliki minat terhadap jurusan psikologi, mahasiswa mengaku bahwa masuk jurusan psikologi merupakan minat mereka. Walaupun memiliki minat terhadap jurusan psikologi, 5 orang mahasiswa mengaku tidak menyukai mata kuliah yang diajarkan oleh dosen yang mereka anggap tidak menyenangkan, mereka mengatakan ada dosen yang sulit memberi nilai, dosen galak, ataupun dosen dengan cara mengajar yang membosankan, hal seperti inilah yang membuat mereka menjalani kuliah tidak sungguh-sungguh. Didalam menghadapi tugas-tugas yang sulit mereka mengerjakannya asal-asalan tanpa mau mencari informasi atau bahan lain selain yang diberikan oleh dosen. Selain itu, 9 orang mahasiswa belajar saat H-1 Ujian, mereka tidak rajin mencatat dan enggan mengulang materi kuliah di rumah.

Empat dari sembilan orang mahasiswa psikologi yang telah diwawancara sebenarnya sudah mampu membuat perencanaan-perencanaan didalam mencapai tujuannya, namun dari keempat orang tersebut mengatakan bahwa mereka merasa sulit merealisasikan rencana yang telah dibuat. Mereka sering membayangkan kesuksesan yang akan mereka dapat apabila rencana tersebut dijalankan, namun ketika pelaksanaannya mereka mengaku seorang yang mudah terpengaruh emosinya sehingga malas belajar, tidak mau mencoba kebiasaan baru, ataupun lebih mementingkan kegiatan lain seperti UKM dengan perkuliahan. Perilaku kesembilan orang tersebut didalam kelas pun bermacam-macam, ada sebagian mahasiswa yang memang memfokuskan perhatiannya ketika perkuliahan, namun ada juga yang lebih memilih mengobrol, memainkan *gadget*, sering keluar masuk kelas, ataupun membolos.

Mahasiswa masih belum melakukan evaluasi-evaluasi terhadap cara belajar yang mereka lakukan. Mahasiswa hanya terpaku kepada perbaikan nilai saja, bukan cara belajar yang tepat ataupun penyebab atas kegagalan yang mereka dapat. Mahasiswa cenderung menggunakan strategi yang sama untuk memenuhi tuntutan yang semakin berat yang mau tidak mau akan semakin menjauhkan mereka dari target yang telah ditetapkan. Mahasiswa tidak merasakan kepuasan atas apa yang mereka kerjakan, dikarenakan hasil yang mereka dapat tidak optimal dan malah ada yang tidak mau memperbaikinya, mereka beranggapan bahwa nilai mereka tidak akan berubah. Perilaku mendunda tugas pun masih dilakukan oleh mahasiswa, perilaku seperti ini tentunya membuat mereka mengerjakan tugas dengan tergesa-gesa menjelang *deadline*. Kegagalan-kegagalan yang dihadapi tentunya akan berpengaruh kembali terhadap apa yang mereka rencanakan dan mereka yakini, kegagalan-kegagalan tersebut akan menurunkan keyakinan mahasiswa didalam menghadapi perkuliahan ataupun mendapatkan nilai yang lebih baik.

Berbeda halnya dengan mahasiswa yang memiliki IPK > 3,0, mereka memiliki target minimal mendapatkan nilai B pada setiap matakuliah yang dikontrak. Selain

target jangka pendek, ketiga mahasiswa ini mengatakan bahwa mereka sudah menentukan minat bidang psikologi yang akan ditekuni ketika lulus dari fakultas psikologi unisba. Mereka mempunyai strategi-strategi khusus dan mampu mengarahkan tingkah lakunya untuk merealisasikan strategi yang telah dibuat. Adapun strategi yang dibuat adalah seperti membuat *mind map*, memberikan warna pada catatan, atau membuat singkatan agar mudah mengingat materi. Mahasiswa tersebut yakin dengan menerapkan strategi yang tepat, lulus tepat waktu bisa dicapai dengan nilai yang memuaskan. Walaupun target yang ditetapkan tidak selalu sesuai dengan rencana, ketiga orang mahasiswa ini mampu melihat hal-hal apa saja yang membuat kegagalan terjadi. Setelah mengetahui hal-hal apa saja yang dirasa kurang didalam belajar, mereka mengubah strategi belajar mereka agar bisa memperbaiki nilai dan target semula bisa dicapai.

Disisi lain, 3 orang mahasiswa yang memiliki  $IPK < 2,5$  mempunyai rencana untuk lulus tepat waktu yaitu 4 tahun. Walaupun tidak tepat waktu, mereka menentukan target  $IPK$  yang harus dicapai sehingga mahasiswa tersebut mencoba menentukan strategi-strategi didalam belajar agar proses belajar menjadi optimal. Adapun strateginya adalah dengan rajin mencatat materi perkuliahan, mengurangi waktu bermain, mengulang materi perkuliahan dirumah, dan juga mempersiapkan ujian jauh-jauh hari. Pada dasarnya mahasiswa yang memiliki  $IPK$  di bawah 2,5 disetiap semester pasti akan mengalami keterlambatan didalam menyelesaikan kuliah, tetapi mereka yakin walaupun mengalami keterlambatan mereka mampu menjalani dan memperbaiki prestasi belajarnya karena mereka memiliki minat terhadap psikologi dan strategi yang telah dibuat. Mahasiswa mengaku ada beberapa dosen yang mereka anggap kurang menarik ketika memberikan perkuliahan, namun mereka tidak segan untuk menghubungi senior atau dosen lain untuk mendapatkan penjelasan materi yang lebih baik dan menarik.

Mahasiswa mampu mengatur waktunya untuk melakukan segala rencana yang telah mereka buat untuk mencapai target yang telah ditetapkan. Walaupun nilai mereka belum optimal, mereka sering membayangkan mampu mendapatkan prestasi yang optimal karena mereka telah merencanakan dan melakukan rencana tersebut dengan baik. Selain itu, didalam melaksanakan rencana-rencananya, mahasiswa membuat agar lebih mudah dilakukan, misalnya mewarnai catatan mereka ataupun menggunakan *mind map* untuk mempermudah pemahaman dan proses mengingat kembali. Perilaku dikelas pun terarah, mereka memfokuskan perhatian mereka ketika dosen sedang menjelaskan, mereka pun berusaha untuk selalu hadir kuliah.

Didalam melakukan evaluasi diri, sebenarnya mereka mampu menilai mana yang baik atau buruk bagi dirinya sendiri, mereka mengetahui hal-hal yang menyebabkan kegagalan ataupun keberhasilan didalam mencapai prestasi. Dari segi kepuasan, tentunya mereka tidak bisa merasa puas ketika mendapatkan nilai yang rendah, namun mereka puas atas usaha yang telah mereka lakukan untuk mencapai nilai yang optimal. Ketika mereka mengalami kegagalan, mereka menyadari bahwa mereka akan memperbaikinya dan lebih meyakinkan kembali apa yang mampu mereka capai setelah mereka melakukan perbaikan atas apa yang telah mereka evaluasi.

Dari paparan diatas terlihat bahwa terdapat mahasiswa psikologi unisba yang memiliki  $IPK$  diatas 3,00 dan di bawah 2,5 yang sudah memiliki kemampuan didalam pengaturan diri namun terdapat pula mahasiswa yang memiliki  $IPK$  di bawah 2,5 belum memiliki kemampuan didalam pengaturan diri. Tampaknya pengaturan diri ini berkaitan dengan prestasi belajar. Pengaturan diri ini disebut *Self Regulation* atau *self-regulated*

*learning. Self Regulation* (atau *self-regulated learning*) adalah suatu proses dimana seseorang mengaktifkan pikiran, perasaan, dan tindakan yang terencana dan secara sistematis disesuaikan sebagai kebutuhan untuk mempengaruhi pembelajaran dan motivasi seseorang (Schunk, 1994; Zimmerman, 1989, 1990, 2000, Zimmerman & Kitsantas, 1996; dalam Boekaerts, 2000).

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang telah dipaparkan diatas, maka penulis merasa tertarik untuk meneliti “*Kontribusi Fase Self-Regulated Learning Terhadap Prestasi Belajar Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Unisba*”

## B. Landasan Teori

Menurut pandangan social kognitif, Self Regulation adalah suatu interkasi dari pribadi (*personal*), perilaku (*behavior*), dan lingkungan (Bandura, 1986). *Self regulation* digambarkan sebagai sebuah siklus karena *feedback* dari *performance* sebelumnya digunakan untuk penyesuaian diri terhadap upaya yang sedang dilakukan. *Self Regulation* (atau *self-regulated learning*) adalah suatu proses dimana seseorang mengaktifkan pikiran, perasaan, dan tindakan yang terencana dan secara sistematis disesuaikan sebagai kebutuhan untuk mempengaruhi pembelajaran dan motivasi seseorang (Schunk, 1994; Zimmerman, 1989,1990, 2000, Zimmerman & Kitsantas, 1996; dalam Boekaerts, 2000: 631). *Self-Regulated Learning* pada penelitian ini dilihat dari 3 fase pembentuk, yaitu 1) Fase *Forethought*, 2) Fase *Performance / Volitional Control*, 3) Fase *Self-Reflection*.

Gage & Berliner (1979) mendefinisikan prestasi (*achievement*) sebagai berikut: “*achievement is something acquired or learned. Achievement, on the other hand, result from an activity learning process helped along by instruction and educational activity.*” Atau Prestasi adalah sesuatu yang diperoleh atau dipelajari. Prestasi adalah sebagai hasil dari aktifitas proses belajar yang dibantu oleh instruksi dan kegiatan pendidikan.

## C. Hasil Penelitian

**Tabel 1**  
**Hasil Kontribusi Fase Self-Regulated Learning**

	IPK Rendah	IPK Sedang	IPK Tinggi
<i>Forethought</i>	35%	34%	85%
<i>Performance</i>	21%	33%	70%
<i>Self-Reflection</i>	19%	27%	29%

Berdasarkan Tabel 1 pada kategori IPK Rendah, dapat dilihat bahwa ketiga fase *self-regulated learning* memiliki kontribusi terhadap IPK. Hal ini menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan pada setiap fase akan meningkatkan IPK sebesar besaran persentase dari tabel diatas. Pada fase *forethought* sebesar 35% atau 0,35, hal ini menunjukkan bahwa setiap kenaikan *forethought* satu satuan akan mempengaruhi kenaikan IPK sebesar 0,35. Pada pada fase *performance* sebesar 21% atau 0,21, hal ini menunjukkan bahwa setiap kenaikan *performance* satu satuan akan mempengaruhi kenaikan IPK sebesar 0,21. Pada fase *self-reflection* sebesar 19% atau 0,19, hal ini menunjukkan bahwa setiap kenaikan *self-reflection* satu satuan akan mempengaruhi kenaikan IPK sebesar 0,19.

Dari penjabaran data diatas bisa terlihat bahwa fase yang paling besar mempengaruhi peningkatan IPK pada kategori IPK Rendah adalah fase *forethought* dan yang paling kecil adalah fase *self-reflection*. Pada fase *forethought* ini mahasiswa sudah memiliki target, namun target yang ditetapkan adalah sekedar lulus mata kuliah saja yaitu C, adapun target jangka panjang yang mereka tentukan adalah mereka beranggapan bahwa yang terpenting adalah lulus cepat walaupun dengan IPK pas-pasan tetapi ada pula mahasiswa yang tidak menentukan target nilai dan tidak mematok lama waktu kuliah, ketika diwawancara mereka mengungkapkan bahwa mereka menjalani kuliah mengalir begitu saja. Mahasiswa IPK rendah pun memiliki strategi-strategi didalam mencapai target yang telah ditetapkannya tersebut, namun mahasiswa IPK rendah belum memiliki keyakinan yang didalam menjalani strategi yang telah dibuatnya. Mereka tidak yakin proses menjalankan strategi tersebut bisa tercapai ketika perkuliahan sehingga menurunkan pula keyakinan mereka didalam mencapai hasil yang memuaskan. Selain itu, terkadang mahasiswa pun menganggap beberapa matakuliah tidak menarik sehingga ketika perkuliahan berlangsung mereka asal-asalan dan ketika menghadapi tantangan mereka cenderung untuk memilih menghindar. Data hasil perhitungan kontribusi fase *performance* pun bisa dilihat masih dibawah 50%, artinya belum signifikan mempengaruhi peningkatan IPK pada mahasiswa IPK Rendah. Mahasiswa IPK Rendah belum mampu melaksanakan strategi yang dibuatnya, membayangkan kesuksesannya ketika strategi dilaksanakan, dan sulit memfokuskan dirinya ketika melaksanakan strategi tersebut. Perhatian mahasiswa sering teralihkan ketika dikelas, mereka lebih memilih mengobrol atau bermain *gadget*, ketika dihadapkan pada pilihan untuk menghadiri kuliah atau main, mereka lebih memilih untuk bermain. Hal-hal seperti inilah yang membuat fase *performance* mereka memberikan kontribusi yang rendah. Fase *self-reflection* memberikan kontribusi yang rendah dikarenakan ketidak puasan mahasiswa didalam melaksanakan strategi dan mendapatkan hasil yang tidak maksimal. Berdasarkan data dan hasil observasi dan wawancara, mahasiswa psikologi 2012 dengan IPK Rendah mengulang cara belajar yang sama ketika menghadapi kuliah ulang ataupun kuliah SP, mereka belum meyakini kesalahan yang mereka lakukan dalam proses pembelajaran. Hal ini membuat mahasiswa IPK Rendah cenderung mengembangkan sikap defensif atas keagalannya seperti menyalahkan dosen, jam perkuliahan yang terlalu pagi atau terlalu siang, ataupun disibukan oleh kegiatan diluar akademik.

Berdasarkan Tabel 1 pada kategori IPK Sedang, dapat dilihat bahwa ketiga fase *self-regulated learning* memiliki kontribusi terhadap IPK. Hal ini menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan pada setiap fase akan meningkatkan IPK sebesar besaran persentase dari tabel diatas. Pada fase *forethought* sebesar 34% atau 0,34, hal ini menunjukkan bahwa setiap kenaikan *forethought* satu satuan akan mempengaruhi kenaikan IPK sebesar 0,34. Pada fase *performance* sebesar 33% atau 0,33, hal ini menunjukkan bahwa setiap kenaikan *performance* satu satuan akan mempengaruhi kenaikan IPK sebesar 0,33. Pada fase *self-reflection* sebesar 27% atau 0,27, hal ini menunjukkan bahwa setiap kenaikan *self-reflection* satu satuan akan mempengaruhi kenaikan IPK sebesar 0,27.

Dari penjabaran data diatas bisa terlihat bahwa fase yang paling besar mempengaruhi peningkatan IPK pada kategori IPK Sedang adalah fase *forethought* dan yang paling kecil adalah fase *self-reflection*. Fase *forethought* memiliki kontribusi paling besar, namun besaran yang dimilikinya masih dibawah 50% artinya fase *forethought* yang dijalani oleh mahasiswa psikologi 2012 IPK Sedang masih belum

berkontribusi besar terhadap peningkatan IPK nya sehingga IPK nya pun Sedang. Pada fase *forethought* ini mahasiswa sudah memiliki target nilai yang ingin dicapai walaupun beragam, ada yang menentukan target minimal B atau minimal C. Mahasiswa IPK Sedang pun memiliki strategi didalam mencapai target yang telah ditetapkannya tersebut, namun mahasiswa IPK Sedang belum memiliki keyakinan yang tinggi didalam menjalani strategi yang telah dibuatnya. Mereka beranggapan perkuliahan di psikologi itu menyenangkan namun tidak begitu yakin proses menjalankan strategi didalam perkuliahan bisa terlaksana dengan baik sehingga mereka pesimis dapat mencapai hasil yang optimal. Data hasil perhitungan kontribusi fase *performance* pun bisa dilihat masih dibawah 50%, artinya belum signifikan mempengaruhi peningkatan IPK pada mahasiswa IPK Rendah. Berdasarkan data tersebut dan hasil observasi dan wawancara, pada dasarnya mahasiswa IPK Sedang sudah mampu melaksanakan strategi yang dibuatnya, membayangkan kesuksesannya ketika strategi tersebut dilaksanakan, dan memfokuskan dirinya didalam melaksanakan strategi, namun mereka belum konsisten didalam melaksanakannya. Walaupun sudah bisa memfokuskan diri, namun mahasiswa masih sering teralihkn perhatiannya ketika dikelas mereka lebih sering memilih mengobrol atau bermain *gadget*, ketika dihadapkan pada pilihan untuk menghadiri kuliah atau main, mereka lebih memilih untuk bermain. Hal-hal seperti inilah yang membuat fase *performance* mereka memberikan kontribusi yang rendah. Fase *self-reflection* memberikan kontribusi yang rendah dikarenakan ketidak puasan mahasiswa didalam melaksanakan strategi dan mendapatkan hasil yang tidak maksimal pada proses pembelajaran. Berdasarkan data dan hasil observasi dan wawancara, mahasiswa psikologi 2012 dengan IPK Rendah cenderung mengulangi cara belajar yang sama ketika menghadapi kuliah ulang ataupun kuliah SP, mereka belum meyakini kesalahan dalam proses pembelajaran. Hal ini membuat mahasiswa IPK Sedang cenderung mengembangkan sikap defensive atas keagalannya seperti menyalahkan dosen, jam perkuliahan yang tidak tepat, ataupun terlalu disibukan oleh kegiatan diluar akademik.

Berdasarkan Tabel 1 pada kategori IPK Tinggi, dapat dilihat bahwa ketiga fase *self-regulated learning* memiliki kontribusi terhadap IPK. Hal ini menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan pada setiap fase akan meningkatkan IPK sebesar besaran persentase dari tabel diatas. Pada fase *forethought* sebesar 85% atau 0,85, hal ini menunjukkan bahwa setiap kenaikan *forethought* satu satuan akan mempengaruhi kenaikan IPK sebesar 0,85. Pada pada fase *performance* sebesar 70% atau 0,70, hal ini menunjukkan bahwa setiap kenaikan *performance* satu satuan akan mempengaruhi kenaikan IPK sebesar 0,70. Pada fase *self-reflection* sebesar 29% atau 0,29, hal ini menunjukkan bahwa setiap kenaikan *self-reflection* satu satuan akan mempengaruhi kenaikan IPK sebesar 0,29.

Dari penjabaran data diatas bisa terlihat bahwa fase yang paling besar mempengaruhi peningkatan IPK pada kategori IPK Tinggi adalah fase *forethought* dan yang paling kecil adalah fase *self-reflection*. Fase *forethought* memiliki kontribusi paling besar yaitu diatas 50% artinya fase *forethought* yang dijalani oleh mahasiswa psikologi 2012 IPK Tinggi berkontribusi besar terhadap peningkatan IPK. Pada fase *forethought* ini mahasiswa sudah memiliki target nilai yang ingin dicapai pada setiap semester dan menetapkan lulus tepat waktu dengan IPK yang memuaskan. Mahasiswa IPK Tinggi memiliki strategi-strategi didalam mencapai target yang telah ditetapkannya seperti mengulang membuat catatan lengkap dan memahami materi dengan lebih komprehensif. Mahasiswa IPK Tinggi yakin mampu melaksanakan strategi tesebut dengan optimal serta yakin hasil yang didapat pun akan optimal. Mereka beranggapan

perkuliahan di psikologi itu penting dan menyenangkan sehingga ketika mereka dihadapkan dengan hambatan, mereka menganggapnya sebagai tantangan dan mampu mencari cara penyelesaiannya. Data hasil perhitungan kontribusi fase *performance* pun bisa dilihat diatas 50%, artinya sudah cukup signifikan mempengaruhi peningkatan IPK pada mahasiswa IPK Tinggi. Berdasarkan data tersebut dan hasil obserbasi dan wawancara, pada dasarnya mahasiswa IPK Tinggi sudah melaksanakan strategi yang dibuatnya, membayangkan kesuksesannya, dan memfokuskan dirinya melaksanakan strategi dengan konsisten. Mahasiswa IPK Tinggi sudah bisa memfokuskan dirinya didalam melaksanakan strategi untuk mencapai tujuan, mereka mampu mengembangkan cara-cara yang bisa mempermudah pelaksanaan strategi seperti membuat catatan dengan menuliskan poin ininya, mewarnai catatan, dan memahami materi dengan cara membuat *mind map*. Fase *self-reflection* memberikan kontribusi yang rendah dikarenakan ketidak puasan mahasiswa didalam melaksanakan strategi dan mendapatkan hasil yang kurang maksimal pada proses pembelajaran. Berdasarkan data dan hasil observasi dan wawancara, mahasiswa psikologi 2012 dengan IPK Tinggi cenderung menganggap mereka selalu bisa lebih dari apa yang telah mereka dapat. Jika dilihat kedalam aspek didalam fase *self reflection*, mahasiswa IPK Tinggi tidak terlalu banyak melakukan evaluasi karena mereka sudah mendapatkan hasil yang optimal.

#### **D. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat ditarik simpulan bahwa terdapat kontribusi fase *forethought*, fase *performance*, dan fase *self-reflection* terhadap peningkatan IPK mahasiswa psikologi angkatan 2012 Universitas Islam Bandung, data ini didukung pula oleh data yang menunjukkan bahwa kategori IPK Tinggi memiliki kontribusi fase *self-regulated learning* lebih besar dibandingkan dengan kategori IPK Sedang dan IPK Rendah. Pada setiap kategori IPK, fase *forethought* merupakan fase yang paling berkontribusi dibandingkan dengan fase *performance* dan fase *self-reflection*.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Berliner, Gage. (1979). *Educational Psychology*. Prentice Hall. New York. Second Edition
- Boekaerts M, Pintrich P, Zeidner M. (2000). *Handbook of Self-Regulation*. San Diego, CA: Academic Press.
- Noor, Hasanuddin. (2012). *Aplikasi Dalam Penyusunan Instrumen Pengukuran Perilaku*. Bandung : Jauhar Mandiri
- Riduwan & Achmad Kuncoro, Engkos. (2008). *Cara Menggunakan Dan Memaknai Analisis jalur (Path Analysis)*. Bandung : Alfabeta
- Silalahi, Ulber. (2012). *Metode Penelitian Sosial*. Bandung : Refika Aditama
- Slavin, (2009). *Educational Psychology*. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hall, Inc



Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.

\_\_\_\_\_. (2008). *Metodologi Penelitian Administrasi*. Bandung : Alfabeta.

Zimmerman, B. J., Bonner, S., & Kovach, R. (1996). *Developing self-regulated learners: Beyond achievement to self-efficacy*. Washington, DC: American Psychological Association, pp. 10

Zimmerman, B. J.. (1990). *Self-Regulated Learning and Academic Achievement: An Overview*. Lawrence Erlbaum Associates, Inc.

#### **Sumber Skripsi :**

Maulani, Fitri. (2007). *Hubungan Antara Self Regulation Dengan Prestasi Belajar Pada Mahasiswa Yang Berprestasi Rendah Di Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung*. Bandung: Universitas Islam Bandung.

Siswanto, Agni. (2013). *Pengaruh Determinan Intensi Terhadap Intensi Perilaku Plagiarisme Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung Angkatan 2011: Penelitian Korelasi-Kausal berdasarkan Tinjauan Theory of Planned Behavior*. Bandung: Universitas Islam Bandung.

Zuhra Wardatul, Putri. (2015). *Hubungan Self-Regulated Learning dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas XI di SMK Informatika Bandung*. Bandung: Universitas Islam Bandung.

#### **Sumber Internet :**

[http://www.academia.edu/9997317/Penelitian\\_ex\\_post\\_facto\\_dan\\_r\\_and\\_d](http://www.academia.edu/9997317/Penelitian_ex_post_facto_dan_r_and_d) diakses. 4 Mei 2015

<http://analisis-statistika.blogspot.com/2012/09/menentukan-jumlah-sampel-dengan-rumus.html>. diakses pada 27 April 2015.

<https://himamanuny.wordpress.com/2014/03/22/tantangan-dan-keuntungan-afta-2015-untuk-indonesia>. diakses pada 8 maret 2015.