

Studi Deskriptif *Self Regulated Learning* Pada Mahasiswa Yang Aktif Berorganisasi Sapma Di Unisba

Achmad Chaidir Hidayat
Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi
Universitas Islam Bandung
Bandung, Indonesia
irwinachnad@gmail.com

Abstract— *The task of students is to study in a university. Apart from focusing on academics, many students take part in non-academic activities. In order to be able to optimally carry out these activities, students need the ability to make optimal strategies. The purpose of this study is to describe Self Regulated Learning in students who are active in the SAPMA organization at UNISBA. Researchers use the theory of self regulated learning proposed by B.J. Zimmerman (1989). The research method used is descriptive research with as many as 20 research subjects. The measuring instrument in this study uses a questionnaire measuring tool which is based on the theory of Self Regulated Learning. The results obtained from this study, there are as many as 16 people (80%) have high self-regulated learning and as many as 4 people (20%) have low self-regulated learning. This shows that SAPMA Unisba students who are active in organizations have the ability to set goals and make a plan, implement plans and control these behaviors, and can evaluate the results of the behavior that has been carried out. Suggestions for students who have busy activities, in order to make study plans, in order to carry out study planning optimally, and to be able to assess themselves on the results that have been obtained.*

Keywords—*Self Regulated Learning, Students, Academic Achievements*

Abstrak— Tugas dari mahasiswa yaitu menuntut ilmu di perguruan tinggi. Selain fokus di bidang akademik, banyak dari mahasiswa yang mengikuti kegiatan non akademik. Agar dapat optimal melakukan kegiatan tersebut, mahasiswa dibutuhkan kemampuan untuk membuat strategi yang optimal. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menggambarkan *Self Regulated Learning* pada mahasiswa yang aktif berorganisasi SAPMA di UNISBA. Peneliti menggunakan teori *self regulated learning* yang dikemukakan oleh B.J. Zimmerman (1989). Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif dengan subjek penelitian sebanyak 20 orang. Alat ukur pada penelitian ini menggunakan alat ukur kuesioner yang didasarkan pada teori *Self Regulated Learning*. Hasil yang diperoleh dari penelitian ini, terdapat sebanyak 16 orang (80%) memiliki *self regulated learning* yang tinggi dan sebanyak 4 orang (20%) memiliki *self regulated learning* yang rendah. Hal tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa SAPMA Unisba yang aktif berorganisasi mempunyai kemampuan untuk menetapkan tujuan dan membuat suatu perencanaan, melaksanakan rencana dan mengontrol perilaku tersebut, serta dapat mengevaluasi hasil dari perilaku yang telah dilakukan. Saran untuk mahasiswa yang memiliki kegiatan padat, agar dapat membuat perencanaan belajar, agar dapat melaksanakan perencanaan

belajar dengan optimal, dan dapat menilai diri sendiri pada hasil yang telah didapat.

Kata Kunci—*Self Regulated Learning, Mahasiswa, Prestasi Akademik.*

I. PENDAHULUAN

Tugas dari mahasiswa adalah belajar serta memahami materi atau teori yang telah dijelaskan di dunia perkuliahan agar mampu mengaplikasikannya pada dunia kerja kelak serta menuntut ilmu pengetahuan sesuai dengan jurusan yang diambil di perguruan tinggi dengan tujuan mendapatkan ilmu pengetahuan dan prestasi dalam bidang akademik.

Dalam kegiatan di kampus terdapat mahasiswa yang tidak berfokus pada bidang akademik saja melainkan pada kegiatan non-akademik seperti halnya mengikuti suatu organisasi atau himpunan. Hal tersebut merupakan pilihan dari masing-masing mahasiswa yang ingin aktif dalam suatu organisasi atau himpunan yang diikuti.

Sebagian besar perguruan tinggi pastinya menyediakan tempat bagi mahasiswanya untuk dapat beraktualisasi diri tidak hanya di bidang akademik saja, contohnya tiap perguruan tinggi pastinya memiliki organisasi internal maupun eksternalnya. Banyak dari mahasiswa yang mengikuti suatu organisasi baik itu dari internal kampus maupun dari eksternal kampus. Maslow (1988, dalam Potter & Perry), mengatakan bahwa aktualisasi diri merupakan kebutuhan manusia pada level tertinggi.

Dalam berbagai kesibukan mahasiswa yang mengikuti organisasi dituntut untuk mencapai prestasi atau hasil yang maksimal, baik itu di bidang akademik maupun di dalam organisasinya. Kader SAPMA UNISBA juga memiliki kesibukan ekstra, karena kader dari SAPMA UNISBA tidak hanya aktif di organisasi SAPMA, tetapi mereka juga aktif di dalam himpunan, BEM fakultas dan lainnya. Dengan berbagai jadwal yang padat, mereka pun memiliki kewajiban utama dimana mereka harus memiliki prestasi akademik yang tinggi.

Pada mahasiswa yang aktif berorganisasi memiliki capaian prestasi akademik yang mayoritas tinggi, namun ada juga yang rendah. Dengan tuntutan mahasiswa pada

capaian prestasi belajar dan kesibukannya dalam membagi kegiatan mengikuti organisasi, mereka tetap bertahan dan tetap menjalankan tugas masing-masing dari kegiatan tersebut, seperti halnya kader dari SAPMA Pemuda Pancasila UNISBA memiliki IPK diatas rata-rata.

Kecerdasan bukanlah faktor penentu prestasi akademik. Peneliti lain berpendapat, prestasi belajar dipengaruhi faktor internal lainnya yaitu *self regulated* (pengaturan diri), dalam psikologi mengatur diri yang dikatakan sebagai *self regulatory* atau *self regulated learning*. *Self regulated learning* sangat diperlukan oleh mahasiswa yang berorganisasi agar bisa mengatur waktu untuk belajar dan kegiatan mereka sehari-hari, sehingga kegiatan di perkuliahan dan organisasi akan berjalan optimal. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Grahani F, O & Mardiyanti R (2019) yang menjelaskan bahwa ada pengaruh antara keikutsertaan mahasiswa dalam berorganisasi terhadap *Self Regulated Learning*.

Fasikhah Siti, S. & Fatimah, S. (2013) mendapatkan hasil dari penelitiannya yang menunjukkan bahwa, mahasiswa yang diberi pelatihan *self regulated learning* memiliki prestasi akademik yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang tidak diberikan pelatihan *self regulated learning*. Berdasarkan penelitian-penelitian sebelumnya mengenai *self regulated learning* pada mahasiswa, terdapat hasil yang menunjukkan bahwa *self regulated learning* memiliki pengaruh terhadap mahasiswa yang dituntut dalam prestasi akademik. Penelitian dari Wolters (1998), membahas mengenai regulasi diri dan motivasi mahasiswa, penelitian tersebut mendukung cara untuk *self regulation* dimana mahasiswa dapat memperhatikan dan mengatur motivasi mereka untuk menyelesaikan tugas akademik serta efektifitas strategi kognitif mereka. Setelah hasil dari penelitian tersebut, Wolters (1998) mengatakan diperlukan penelitian lanjutan untuk menguraikan atau menjabarkan makna dan pentingnya pengaturan motivasi mahasiswa dan bagaimana hal tersebut dapat selaras dengan konstruksi kognitif, kemauan, dan motivasi. Wolters & Benzon (2013) kembali melakukan penelitian terhadap mahasiswa yang melakukan strategi regulasi diri, *self regulated learning* telah banyak digunakan sebagai kerangka pemikiran untuk memahami keterlibatan dan kinerja mahasiswa dalam hal akademik selama lebih dari 20 tahun.

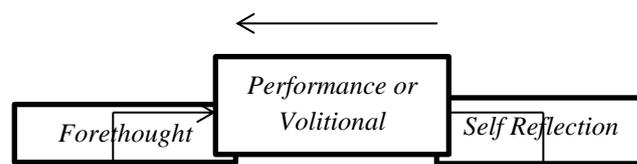
Dari mahasiswa yang aktif mengikuti organisasi SAPMA di kampus UNISBA dengan berbagai macam kegiatan dan kesibukannya, terdapat capaian prestasi akademik yang beragam, ada yang memiliki capaian prestasi akademik tinggi, dan ada juga yang memiliki capaian prestasi akademik rendah. Menurut (DeWall, Baumeisteir, Stillman, dan Gailliot (2007), dalam Alfiana 2013) mengadakan penelitian kepada beberapa mahasiswa di Amerika. Hasilnya menyatakan, regulasi diri yang kurang efektif dapat menimbulkan perilaku agresif, sedangkan mereka yang memiliki regulasi diri efektif akan lebih mampu mengendalikan dirinya. Dengan hasil penelitian ini regulasi diri mempengaruhi keberhasilan seseorang dengan mengontrol perilaku yang akan ditampilkan. Ini, tentu saja,

dianggap tepat untuk mencapai tujuan. Dengan adanya data yang telah terpapar tadi dan melihat dari beberapa penelitian sebelumnya yang meneliti mengenai *self regulated learning* pada mahasiswa, menarik untuk diteliti mengenai bagaimana regulasi diri pada mahasiswa SAPMA UNISBA terhadap tuntutan mereka di bidang akademik serta kesibukan lainnya diluar akademik yang mengharuskan mereka mendapatkan hasil yang optimal. Maka dari itu peneliti ingin meneliti gambaran mengenai *Self Regulated Learning* pada mahasiswa yang aktif berorganisasi dengan judul “Studi Deskriptif *Self Regulated Learning* Pada Mahasiswa Yang Aktif Berorganisasi Satuan Siswa Pelajar dan Mahasiswa (SAPMA) di Universitas Islam Bandung”.

II. LANDASAN TEORI

Zimmerman menyatakan bahwa *Self Regulated Learning* merupakan proses dimana seseorang mengaktifkan pikiran, perasaan dan tindakan yang terencana dan sistematis yang disesuaikan sebagai kebutuhan untuk mempengaruhi pembelajaran dan motivasi seseorang (Schunk, 1994, Zimmerman, 1989, 1990, 2000, Zimmerman & Kitsantas 1996, dalam Boekaerts, 2000).

Dari sudut pandang kognitif sosial, pengaturan diri adalah interaksi antara diri pribadi (pribadi), perilaku (perilaku) dan lingkungan. Regulasi diri pada siswa mulai dari derajat metakognisi, motivasi dan perilaku selama pembelajaran (Zimmerman, 1986, dalam Boekaerts, 2000: 632).



Gbr. Siklus fase dari *Self Regulation*

Self Regulated Learning terdiri dari tiga fase yaitu *forethought*, *performance or volitional control* dan *self reflection*. Pengertian fase *forethought* merupakan proses yang terjadi sebelum melakukan tindakan dan berdampak besar pada proses tindakan dengan melakukan perencanaan sebelum melakukan tindakan. Fase *performance or volitional control* adalah suatu proses yang berlangsung selama suatu upaya tindakan dan berdampak pada perencanaan yang dilakukan dan perilaku atau tindakan yang diambil. Kemudian *self reflection* adalah proses yang terjadi setelah upaya yang dilakukan dalam kinerja mulai mempengaruhi pengalaman mereka.

Bandura (dalam Boekaerts : 2000) mengatakan bahwa regulasi diridipengaruhi oleh 2 (dua) faktor yaitu internal dan eksternal :

1. Faktor Internal

Ada tiga bentuk pengaruh internal, yaitu ::

a) Observasi Diri (*Self Observation*)

Individu melakukan berdasarkan faktor-faktor seperti kualitas penampilan, kuantitas penampilan, dan orisinalitas perilaku diri. Individu harus dapat memantau kinerja mereka, meskipun tidak sempurna, karena orang cenderung memilih beberapa aspek dari perilaku mereka dan mengabaikan perilaku lainnya.

b) Proses Penilaian (*Judgemental Process*)

Menilai kesesuaian perilaku dengan standar pribadi, membandingkan perilaku dengan standar pribadi, membandingkan perilaku dengan norma standar atau dengan perilaku orang lain, menilai sesuai dengan pentingnya suatu kegiatan dan atribut kinerja. Standar pribadi dihasilkan dari pengalaman mengamati model seperti orang tua atau guru, dosen dan interpretasi penilaian kinerja diri.

c) Reaksi Diri (*Self Response*)

Mengamati diri sendiri (*self observation*) dan juga *judgemental process*. Individu evaluasi diri sendiri secara positif atau negatif dan kemudian beri penghargaan atau hukuman pada diri sendiri. Tidak mungkin ada respon afektif karena fungsi kognitif membuat keseimbangan yang mempengaruhi evaluasi positif atau negatif secara individu atau dengan kata lain kurang bermakna. Individu bereaksi secara positif dan negatif terhadap perilaku mereka bergantung pada bagaimana perilaku tersebut tampaknya dipengaruhi oleh standar pribadi. Reaksi diri ini menjadi penghubung sebelum penerapan penguatan diri (*reward*) atau *self-punishment* (hukuman).

2. Faktor Eksternal

- a). Faktor eksternal membentuk standar untuk menilai perilaku. Standar mengevaluasi perilaku mereka sendiri, mendukung faktor lingkungan, dan berinteraksi dengan pengaruh pribadi untuk membentuk standar individu yang digunakan sebagai peringkat. Pengaturan diri dipengaruhi oleh kondisi lingkungan berupa kemungkinan pengaturan diri dan ketersediaan sumber belajar. Faktor sosial berupa hubungan sosial yang mempengaruhi tujuan, usaha, dan pengawasan. Faktor perkembangan menjelaskan bahwa kemampuan mengatur diri sendiri merupakan hasil dari perkembangan kognitif dan keterampilan representasi, yang dipengaruhi oleh keberadaan orang tua dan keluarga.
- b). Faktor eksternal mempengaruhi pengaturan diri dalam bentuk penguatan. *Reward* pribadi tidak selalu menjamin kepuasan, individu membutuhkan insentif eksternal. Standar

perilaku dan penguatan biasanya bekerja sama. Jika individu dapat mencapai standar perilaku tertentu, diperlukan penguatan agar perilaku tersebut dapat menjadi pilihan dan dukungan lingkungan berupa kontribusi material atau pujian dan dukungan dari orang lain juga diperlukan.

Aspek-Aspek *Self Regulation*

Self regulation ada banyak kemungkinan cara, tetapi masih perlu ada tiga komponen yang dapat diukur dan diamati sebagai berikut ;

- a. Sebuah. Kemampuan untuk metakognisi, merencanakan, memantau dan mengubah pola pikir
- b. Manajemen diri dan minat pada tugas-tugas akademis, seperti kemampuan untuk bertahan dalam tugas-tugas yang sulit.
- c. Strategi kognitif digunakan untuk mempelajari, mengingat dan memahami materi yang dipelajari.

Secara khusus, pembelajaran mandiri mencakup banyak proses termasuk keterampilan metakognitif yang terdiri dari:

a. Penentuan tujuan

Mengatur diri sendiri untuk mengetahui dengan apa yang ingin dicapai ketika menjalankan kegiatan belajar.

b. Perencanaan

Mengatur diri sendiri untuk menggunakan waktu dan sumber daya pada tugas.

c. Mengendalikan Perhatian

Mengatur diri sendiri sehingga dapat fokus pada topik dan menyingkirkan hal-hal yang dapat memengaruhi konsentrasi dan emosi.

d. Penerapan Strategi

Mengatur diri sendiri untuk dapat memilih strategi yang sesuai dengan tujuan yang akan dicapai.

e. Strategi Motivasi Diri

Mengatur diri sendiri untuk dapat menggunakan berbagai strategi agar tetap termotivasi, seperti membuat suatu kegiatan yang membosankan menjadi lebih menarik, atau bayangkan berhasil menyelesaikan tugas atau tugas yang sulit.

f. Permohonan Bantuan Luar Apabila Dibutuhkan

Terkadang diri tidak dapat melakukan segalanya tanpa bantuan. Pada saat seperti itu, mereka mengakui bahwa mereka membutuhkan seseorang dan mereka akan berpaling kepada seseorang yang dapat membantu mereka menjadi lebih baik di masa depan.

g. *Self Monitoring*

Mengatur diri sendiri untuk mampu melihat proses kemajuan ke arah yang telah ditetapkan sebelumnya

h. *Evaluasi Diri*

Mengatur diri sendiri untuk melihat apakah yang telah dipelajari memenuhi tujuan yang telah ditetapkan untuk diri sendiri. Idealnya, mereka juga harus menggunakan penilaian diri untuk mengubah preferensi mereka dan menggunakan strategi untuk mencapai masa depan.

Karakteristik Individu dengan *Self Regulated Learning* Tinggi

Individu yang memiliki kemampuan *self regulation* yang tinggi akan memiliki karakteristik seperti berikut : (Zimmerman, 1989; dalam Boekaerts, 2000)

1. Sistem target hierarki dan proses target dijalankan sebagai otoritas pengatur untuk mencapai tujuan atau hasil yang sama seperti sebelumnya.
2. Dapat memotivasi dirinya sendiri dan mengarahkan tindakannya menuju tujuan yang ingin dicapai.
3. Dapat menjalankan waktu dengan baik.
4. Ketika kegagalan terjadi, individu merasa bahwa usaha yang mereka lakukan tidak optimal atau bahwa strategi yang digunakan tidak efektif. Ini adalah bagian dari sekelompok orang yang memiliki kemampuan mandiri di mana individu berusaha meningkatkan atau meningkatkan bisnis mereka.
5. Tingkat kepuasan diri tergantung pada nilai intrinsik atau pentingnya tugas.

Mengarah pada kesimpulan adaptif, di mana individu dapat secara hierarkis mengubah tujuan atau memilih strategi yang lebih efektif.

Karakteristik Individu Dengan *Self Regulated Learning* Rendah

Individu yang memiliki karakteristik *self regulation* rendah sebagai berikut:

1. Sistem target individu sendiri tidak diatur secara hierarki. Setiap proses pencapaian tujuan yang ada tidak dapat bertindak sebagai otoritas pengatur, sehingga tindakannya tidak dapat diarahkan ke tujuan atau hasil yang sama seperti hasil yang dicapai sebelumnya.
2. Memiliki tingkat motivasi yang rendah sehingga individu tidak dapat mengarahkan tindakan ke arah tujuan yang ingin dicapai.
3. Ketika tujuan tidak tercapai, individu menarik diri. Tingkat kepuasan bergantung pada nilai eksternal seperti pujian atau penghargaan.

Sejarah SAPMA Pemuda Pancasila

Berdasarkan (AD/ART Musyawarah Nasional II SAPMA, 2019) SAPMA merupakan singkatan dari Satuan Siswa, Pelajar, dan Mahasiswa. Organisasi SAPMA Pemuda Pancasila didirikan oleh organisasi sosial kemasyarakatan (ormas) Pemuda Pancasila melalui forum Majelis Pimpinan Paripurna Pemuda Pancasila yang bertempat di Kota Medan, Provinsi Sumatera Utara pada tanggal 28 Oktober 1988. Organisasi SAPMA dibentuk berasaskan Pancasila, berdasarkan pada Undang-Undang Dasar 1945.

Tujuan organisasi SAPMA Pemuda Pancasila dibentuk bertujuan untuk membentuk karakter pemuda yang berpendidikan, berkepribadian dan berintelektual yang dilandasi semangat kebangkitan nasional berdasarkan cita-cita proklamasi kemerdekaan Negara Kesatuan Republik Indonesia. Organisasi SAPMA Pemuda Pancasila adalah organisasi kemasyarakatan pemuda yang bersifat independen, sukarela, sosial, mandiri dan demokratis. Organisasi ini berbasis massa, memiliki ciri kesiswaan, kepelajaran, kemahasiswaan, intelektual, nasionalis, patriotis, militan, inovatif, kekeluargaan, visioner, kreatif, dan terbuka tanpa mempermasalahkan perbedaan ras, suku, agama, golongan dan status sosial.

Pokok tugas dari SAPMA Pemuda Pancasila itu sendiri adalah membela, menjaga, dan melindungi keutuhan serta kedaulatan Negara Kesatuan Republik Indonesia. Tidak hanya itu, organisasi SAPMA menyatukan visi, misi, dan pemikiran siswa, pelajar dan mahasiswa. Kader dari SAPMA itu sendiri berperan aktif dalam dunia kesiswaan, kepelajaran, kemahasiswaan, dan kepemudaan, yang bertujuan dalam pembangunan nasional.

Mengatur diri sendiri untuk melihat apakah yang telah dipelajari memenuhi tujuan yang telah ditetapkan untuk diri sendiri. Idealnya, mereka juga harus menggunakan penilaian diri untuk mengubah preferensi mereka dan menggunakan strategi untuk mencapai masa depan.

III. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Perhitungan *Self Regulated Learning* Berdasarkan Skor Secara Keseluruhan

Berdasarkan hasil analisis, terdapat 16 orang (80%) yang memiliki *Self Regulated Learning* yang tinggi karena memiliki skor total yang termasuk ke dalam kategori tinggi sedangkan 4 orang (20%) lainnya memiliki *Self Regulated Learning* yang rendah karena skor totalnya termasuk ke dalam kategori rendah.

Hasil Perhitungan Distribusi Frekuensi *Self Regulation*

Fase	Tinggi	Rendah
------	--------	--------

	F	Persentase (%)	F	Persentase (%)
<i>Forethought</i>	16	80%	4	20%
<i>Performance</i>	19	95%	1	5%
<i>Self Reflection</i>	16	80%	4	20%

Berdasarkan hasil perhitungan pada table berikut berdasarkan kategorisasi masing-masing fase, Untuk fase *Forethought* dan *Self Reflection* diperoleh hasil sebanyak 80% (16 orang) subjek mendapatkan skor pada fase *forethought* dan *self reflection* adalah tinggi dan 20% (4 orang) subjek lainnya mendapatkan skor pada fase *forethought* dan *self reflection* adalah rendah. Untuk fase *Performance*, diperoleh hasil sebanyak 95% (19 orang) subjek mendapatkan skor pada fase *Performance* adalah tinggi dan 5% (1 orang) subjek lainnya mendapatkan skor pada fase *Performance* adalah rendah.

A. Deskripsi *Self Regulated Learning* Tinggi Mahasiswa SAPMA Unisba

Individu dengan 3 (tiga) fase *self regulated learning* yang tinggi memiliki kemampuan dalam membuat perencanaan serta menyusun kegiatan yang akan dilakukannya, memiliki kemampuan untuk memantau kegiatan yang dilakukannya, dan mengevaluasi terhadap hasil yang didapatkan dari program kegiatan yang sudah dilakukan. Individu mampu menyusun strategi belajar, memberikan penilaian pada tahap pelaksanaannya, serta mampu memotivasi diri sendiri.

Individu yang menggunakan *self regulated learning* nya dengan baik, individu tersebut akan menggunakan strategi belajar untuk mencapai tujuannya dan melakukan evaluasi dari apa yang telah dilakukannya secara optimal. Individu yang memiliki kemampuan *self regulated learning* yang baik akan berinisiatif dalam memahami suatu pengetahuan dan kemampuan diri yang dimiliki, individu akan coba menghibur diri dimana hal tersebut berguna bagi diri untuk memotivasi diri agar mampu mendapatkan tujuan tersebut yang ingin dicapai.

Mahasiswa atau kader SAPMA Unisba memenuhi seluruh karakteristik *self regulated learning* yang dikemukakan oleh B.J Zimmerman (dalam Boekaerts, 2000 : 17-23) sebagai berikut :

- 1) Memiliki sistem tujuan yang bersifat hierarkis dan proses tujuan dilakukan sebagai pengatur untuk mencapai tujuan atau hasil yang sama seperti hasil yang dicapai sebelumnya. Perilaku yang ditampilkan memiliki tujuan dari kegiatan yang sedang diikuti dan mereka memiliki keyakinan diri bisa mendapatkan hasil yang optimal.

Dengan cara membuat strategi belajar dan memiliki jadwal kegiatan sendiri agar semuanya dapat dilakukan sesuai dengan rencana.

- 2) Mampu memotivasi diri sendiri dan mampu mengarahkan tindakannya menuju tujuan yang ingin dicapai dengan berusaha mendapatkan hasil yang terbaik dari kinerja dan aktivitas akademik di dalam organisasi.
- 3) Memanfaatkan waktu dengan baik, perilaku yang terlihat yaitu ketika menghadiri kegiatan rapat tidak terlambat, mengerjakan proposal kegiatan tepat waktu dan jika diberikan tugas kuliah mereka mengerjakannya tepat waktu dan teliti.
- 4) Pada saat mengalami kegagalan, individu menyadari usaha atau strategi yang dilakukan tidak optimal. Ini termasuk kelompok individu yang percaya diri yang akan mencoba melakukan upaya yang lebih baik untuk diri mereka sendiri. Mereka akan membuat strategi belajar atau penjadwalan kegiatan mereka lebih teliti dan optimal.
- 5) Tingkat *self satisfaction* bergantung pada penting atau tidaknya suatu tugas. Mahasiswa memiliki target optimal dalam bidang akademik dan non akademiknya. Rasa puas akan muncul jika prestasi yang ingin dicapai dapat terpenuhi secara optimal.
- 6) Dengan *adaptive* dalam pikiran, individu dapat mengubah tujuan mereka dan memilih strategi yang lebih efektif. Mahasiswa akan mengubah tujuannya dan akan memilih strategi lain agar tujuannya dapat tercapai. Mereka akan memiliki lebih dari satu rencana atau strategi.

B. Deskripsi *Self Regulated Learning* Rendah Mahasiswa SAPMA Unisba

Berdasarkan pengukuran *self regulated learning* diperoleh mahasiswa yang memiliki *self regulated learning* yang rendah yaitu sebanyak 4 orang (20%) karena skor totalnya termasuk ke dalam kategori rendah. Hal ini sesuai dengan teori *self regulated learning* yang dikemukakan B.J Zimmerman. *Self regulated learning* ditentukan dari tiga fase yang terdapat di dalamnya, yaitu fase *forethought*, fase *performance*, fase *self reflection*, ketiganya saling mempengaruhi, karena sistem dalam fase ini merupakan siklus. Ketiga fase tersebut selalu berputar terus menerus. Jika fase *forethought* tidak berjalan dengan baik, kemungkinan fase *performance* tidak berjalan dengan baik. Jika fase *performance* tidak berjalan dengan baik, fase *self reflection* juga tidak berjalan dengan baik. Selain itu, ketika *self reflection* tidak berjalan dengan baik, maka sulit untuk memodifikasi atau menjadwalkan ulang kembali sehingga periode kejelian tidak berjalan dengan baik.

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang didapat oleh peneliti dengan tujuan untuk melihat gambaran *Self Regulated Learning* Pada Mahasiswa Yang aktif Berorganisasi Satuan Siswa Pelajar dan Mahasiswa (SAPMA) di Universitas Islam Bandung, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Subjek dengan *self regulated learning* tingkat tinggi berjumlah 16 orang dengan persentase 80%. Artinya mahasiswa SAPMA Universitas Islam Bandung mampu mengatur dirinya sendiri dengan melakukan kegiatan-kegiatan yang dalam hal ini dilaksanakan di dalam organisasi (rapat, membuat program kerja dan melaksanakan program kerja). , belajar dan kegiatan lainnya diluar kegiatan kampus terlihat dari keseluruhan fase menurut teori B.J. Zimmerman yakni fase *forethought*, *performance*, dan *self reflection*.
2. Subjek yang memiliki *self regulated learning* yang rendah sebanyak 4 orang dengan persentasi 20%. Artinya empat orang subjek penelitian pada mahasiswa SAPMA Unisba tidak mampu mengelola dan mengatur dirinya pada kegiatan-kegiatan yang dilakukan seperti kegiatan rapat di dalam organisasi, membuat program kerja dan melaksanakan program kerja tersebut dan terlihat dari keseluruhan fase menurut teori B.J Zimmerman yakni fase *forethought*, *performance* dan *self reflection*.

V. SARAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, gambaran *Self Regulated Learning* Pada Mahasiswa Yang aktif Berorganisasi Satuan Siswa Pelajar dan Mahasiswa di Universitas Islam Bandung berikut diajukan beberapa saran yang dapat memberi masukan dan manfaat :

1. Untuk mahasiswa SAPMA Unisba yang mempunyai *self regulated learning* tingkat tinggi, serta kinerja akademik dan aktivitas organisasi yang baik, membutuhkan ketekunan untuk menjaga kinerja akademik karena tidak mudah untuk mencapai kinerja tinggi dari berbagai kesibukan dan padatnya jadwal kegiatan di kampus dan di organisasi.
2. Untuk mahasiswa SAPMA Unisba yang memiliki *self regulated learning* rendah khususnya pada fase *forethought*. Pada fase *forethought* mahasiswa diharapkan dapat memilih perencanaan strategi yang matang dan tepat agar bisa tercapainya tujuan yang telah direncanakan sebelumnya, seperti membuat jadwal kegiatan setiap hari, agar semua kegiatan dapat terlaksana dengan baik, contohnya membuat jadwal yang ditempel di kamar, agar selalu terlihat dan akan mudah diingat, hal tersebut berguna untuk meningkatkan individu pada fase *forethought*.

3. Untuk mahasiswa SAPMA Unisba yang memiliki *self regulated learning* rendah khususnya pada fase *performance or volitional control* diharapkan ketika mengikuti suatu kegiatan mampu melaksanakan dan memantau kegiatan tersebut dengan optimal. Contohnya mengerjakan tugas dari dosen, ketika proses mengerjakan individu harus bisa memantau sejauh mana pengerjaan apa ada yang salah atau sudah sesuai. Hal demikian berguna untuk meningkatkan individu pada fase *performance*.
4. Untuk mahasiswa SAPMA Unisba yang memiliki *self regulated learning* rendah khususnya pada fase *self reflection*, mahasiswa harus bisa menilai diri sendiri terhadap perilaku yang sudah dijalankan agar hasilnya optimal. Contohnya adalah ketika selesai mengerjakan tugas atau selesai ujian, dan didapatkan hasil yang tidak sesuai optimal, maka individu harus bisa menilai dan mengevaluasi apa yang tidak optimal dalam pengerjaan tugas dan ujian tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] AD/ART, (2019).Anggaran Dasar Anggaran Rumah Tangga Musyawarah Nasional II. Jakarta, 23-25 Agustus 2019
- [2] Alfiana, A. D. (2013). Regulasi Diri Mahasiswa Ditinjau Dari Keikutsertaan Dalam Organisasi Kemahasiswaan. Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan Vol. 1 No. 2, 2013
- [3] Boekaerts, M. Pintrich, P. Zeidner, M. (2000).Handbook of Self-Regulation. San Diego, CA : Academic Press
- [4] Fasikhah S, S. & Fatimah, S. (2013). Self-Regulated Learning (SRL) Dalam Meningkatkan Prestasi Akademik Pada Mahasiswa. Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan. Vol. 1 No.1 (2013)
- [5] Grahani, F. O & Mardiyanti, R. (2019).Self Regulated Learning (SRL) Pada Mahasiswa Ditinjau Dari Keikutsertaan Dalam Organisasi. Jurnal Psikologi Vol. 17 No. 2, Desember 2019 (Hal 8)
- [6] Potter, P. A. & Perry, A. G. (1998).Fundamentals of nursing: concepts, process, and practice.(4th edition). St. Louis: Mosby year book
- [7] Wolters, C. A. (1998). Self-Regulated Learning And College Students And Regulation Of Motivation. Journal of Educational Psychology 1998, Vol. 90 No.2 (224-235)
- [8] Wolters, C. A. & Benzon M. B. (2013).Assessing And Predicting College Students Use Of Strategies For The Self-Regulation Of Motivation. The Journal of Experimental Education 81 (2), 199-221, (2013)