

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

2.1 Tinjauan Tentang *Self Regulated Learning*

2.1.1 Pengertian *Self Regulated Learning*

Penelitian tentang pembelajaran akademik yang diatur sendiri telah berkembang dari upaya yang lebih umum untuk mempelajari pengendalian diri manusia atau pengaturan diri. Penyelidikan yang menjanjikan tentang penggunaan proses pengaturan diri oleh anak-anak, seperti penetapan tujuan, penguatan diri, penilaian diri, dan pengajaran diri, di bidang kontrol pribadi seperti makan dan penyelesaian tugas telah mendorong peneliti pendidikan dan reformis untuk mempertimbangkan penggunaannya oleh siswa selama pembelajaran akademik. Persepsi siswa tentang diri mereka sendiri sebagai pelajar dan penggunaan berbagai proses untuk mengatur pembelajaran mereka merupakan faktor penting dalam analisis prestasi akademik (Zimmerman, 1986).

Pandangan pembelajaran proaktif ini tidak hanya berbeda dari model pembelajaran dan pencapaian sebelumnya, tetapi juga memiliki implikasi instruksional yang mendalam untuk cara guru merencanakan kegiatan mereka dengan siswa dan cara yang di atur oleh sekolah. Perspektif belajar mandiri menggeser fokus analisis pendidikan dari kemampuan dan lingkungan belajar siswa di sekolah atau rumah sebagai entitas tetap ke strategi yang diprakarsai siswa secara pribadi yang dirancang untuk meningkatkan hasil dan lingkungan belajar. Ada beberapa definisi mengenai *self regulated learning*, salah satunya ada pendapat menurut Corno dan Mardinach (1983), bahwa *self regulated learning* merupakan suatu usaha menggabungkan proses kegiatan belajar untuk dimonitor dan diperbaiki. Sedangkan menurut Sukadji (2000) *self regulated learning* adalah kombinasi penguasaan cara maupun strategi belajar yang efektif.

Bandura (1986) pertama kali memperkenalkan strategi *self regulated learning* dalam teori belajar "*social cognitive theories of behavior*". Menurut Bandura individu memiliki kemampuan untuk mengatur dan mengontrol dirinya melalui tiga tahapan, yaitu observasi diri atau memonitor diri sendiri, evaluasi diri sendiri, dan reaksi lazim disebut sebagai *human agency*. Bandura menyatakan bahwa *agency* itu merupakan kapasitas sadar yang dimiliki seseorang untuk merencanakan, mengendalikan, dan merefleksikan tindakannya (Atmoko & Hidayah, 2014: 47). Sedangkan pengertian *self regulated learning* sendiri menurut Bandura (1986) adalah tindakan dan

proses yang diarahkan untuk menguasai informasi atau keterampilan yang meliputi cara, tujuan, dan persepsi siswa yang bersifat instrumental. Strategi-strategi tersebut memanfaatkan metode-metode seperti mengatur dan mengubah informasi, pengulangan informasi serta penggunaan bantuan memori (Parianggie, 2006:14).

Menurut Zimmerman (1989), strategi *self regulated learning* merupakan strategi belajar dimana tindakan dan proses yang dilakukan diarahkan pada keterampilan mengolah informasi dan kemampuan termasuk mengatur, membuat tujuan dan olah kognitif dari pembelajar. Fokus pertama strategi *self regulated learning* adalah menetapkan tujuan belajar, melaksanakan, dan mengevaluasi untuk memperbaiki proses belajar dengan strategi yang dirasa paling tepat. Evaluasi dapat menentukan apakah tindakan berada pada jalur yang benar, sesuai dengan standar pribadi yang berasal dari informasi yang diperolehnya dari orang lain atau lingkungannya (Atmoko & Hidayah, 2014: 47). Strategi *self regulated learning* merupakan proses yang secara terus menerus mengawasi dan mengontrol pembelajaran seseorang.

Strategi *self regulated learning* melibatkan metakognisi, kontrol kognitif, motivasi, dan penggunaan secara strategis perilaku belajar (APA *Dictionary of Psychology*: 2007). Ketika individu mencapai usia dimana mereka harus melakukan strategi *self regulated learning* sesuai dengan perkembangannya, maka kegagalan mereka untuk menggunakan proses ini biasanya dikaitkan dengan satu atau lebih dari tiga faktor:

1. Individu mungkin tidak percaya bahwa pengetahuan tentang proses pengaturan diri akan bekerja, diperlukan, atau lebih baik dalam konteks pembelajaran tertentu.
2. Individu mungkin tidak percaya bahwa mereka dapat dengan berhasil melaksanakan suatu tanggapan pengaturan diri yang efektif.
3. Individu mungkin tidak cukup tertarik akan tujuan pembelajaran tertentu atau hasil akhir untuk termotivasi pada pengaturan diri.

Teori kognitif sosial telah mempelajari peran persepsi dari keefektifan diri dalam memotivasi individu untuk menggunakan strategi *self regulated learning*. Schunk telah menggambarkan bukti (Schunk, Hanson, & Cox, 1987) bahwa bahkan ketika individu mengamati strategi pengaturan diri yang diperlihatkan oleh sebuah model, mereka mungkin tidak termotivasi untuk meniru jika model itu dianggap sebagai eksimiliar bagi mereka. Akhirnya, kebanyakan pakar berasumsi bahwa upaya individu untuk mengatur diri sering kali memerlukan tambahan waktu persiapan, kewaspadaan, dan upaya. Kecuali hasil dari upaya ini cukup menarik, maka individu mungkin akan termotivasi untuk mengatur diri.

Tidak seperti model sebelumnya yang telah mendorong reformasi pendidikan, teori-teori pengaturan diri menempatkan fokus mereka pada bagaimana individu mengaktifkan, mengubah,

dan mendukung praktik pembelajaran yang spesifik di tempat terpencil seperti halnya tatanan sosial, dalam konteks informal maupun konteks instruksional formal (Zimmerman, 1986). Para penganut teori ini percaya bahwa belajar bukanlah sesuatu yang terjadi pada siswa, namun belajar ini adalah sesuatu yang terjadi oleh siswa. Mereka berasumsi bahwa supaya belajar bisa terjadi, siswa harus menjadi proaktif ketika terlibat dalam proses pembelajaran serta pencapaian akademiknya. Sehingga dalam hal ini, pengaturan diri siswa dapat ditampilkan dalam proses pembelajaran supaya memperoleh hasil yang lebih baik dalam belajar.

Definisi dari strategi *self regulated learning* yang dapat disimpulkan oleh peneliti melalui berbagai penjelasan di atas adalah bahwa *self regulated learning* merupakan strategi belajar yang melibatkan siswa atau individu yang memiliki proses aktif dan konstruktif dalam menetapkan tujuan belajarnya yang secara terus menerus dengan mengawasi dan mengontrol pembelajarannya dengan melibatkan metakognisi, motivasi, dan juga perilaku dalam proses belajar sehingga dapat memonitor kemajuan belajarnya.

2.1.2 Aspek-aspek *Self Regulated Learning*

Zimmerman (1989) berpendapat bahwa *self regulated learning* terdiri atas pengaturan dari tiga aspek umum pembelajaran akademis, yakni metakognisi, motivasi, dan perilaku. Dimana ketiga aspek tersebut dijabarkan sebagai berikut:

1. Metakognisi

Metakognisi dalam *self regulated learning* merupakan kemampuan yang dimiliki oleh individu dalam merencanakan, mengorganisasikan atau mengatur, menginstruksikan diri, mengontrol atau memonitor serta melakukan evaluasi dalam aktivitas belajarnya. Aspek ini mengacu pada proses pembuatan keputusan dalam mengatur pemilihan dan penggunaan berbagai jenis pengetahuan. Metakognisi meliputi proses pemahaman akan kesadaran dan kewaspadaan diri serta pengetahuan dalam menentukan pendekatan pembelajaran sebagai salah satu cara dalam proses berfikir individu.

2. Motivasi

Motivasi dalam *self regulated learning* merupakan fungsi dari kebutuhan dasar dalam mengontrol diri yang berkaitan dengan perasaan kompetensi yang dimiliki oleh setiap individu. Regulasi motivasi digambarkan dimana mahasiswa dengan sengaja bertindak untuk memulai, mempertahankan atau menambah kesediaan mereka untuk memulai, menyediakan arah kerja atau untuk menyelesaikan kegiatan atau tujuan tertentu. Motivasi muncul dalam diri individu itu sendiri tanpa adanya paksaan dari luar dan atas dasar kemauan sendiri.

Zimmerman (1989) mengemukakan bahwa motivasi adalah pendorong (*drive*) yang ada pada individu dalam mengorganisir aktivitas belajarnya yang mencakup persepsi terhadap efikasi diri, kompetensi otonomi yang dimiliki dalam aktivitas belajar.

3. Perilaku

Perilaku dalam *self regulated learning* merupakan upaya individu dalam menyeleksi dan mengatur diri serta memanfaatkan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitas belajarnya. Regulasi perilaku ini melibatkan usaha mahasiswa untuk mengontrol perilaku tampak mereka. Komponen perilaku mengacu pada perilaku nyata yang muncul dalam interaksinya dengan lingkungan guna mencapai tujuan dalam aktivitas belajar. Mahasiswa dapat mengamati perilaku mereka sendiri, memonitor, dan mencoba untuk mengontrol dan mengaturnya, dengan demikian maka kegiatan ini dapat dianggap regulasi diri bagi mahasiswa tersebut.

Peserta didik dalam melaksanakan kegiatan belajarnya yang melibatkan aspek-aspek diatas akan cenderung menjadi otonom dalam melaksanakan kegiatan belajarnya, dan pada umumnya lebih bertanggungjawab terhadap kegiatan belajarnya karena menyadari bahwa hanya atas usaha mereka sendirilah tujuan belajarnya akan dapat dicapai (Zimmerman, 1989).

2.1.3 Karakteristik Individu yang memiliki Strategi *Self Regulated Learning*

Corno, 2001; Weinstein; Husman dan Dierking, 2000; Winnie, 1995; Zimmerman, 1998, 2000, 2001, 2002 (dalam Montalvo & Torres, 2004) mengemukakan karakteristik Individu yang memiliki strategi *self-regulated learning* tinggi, antara lain:

- a. Terbiasa dan tahu bagaimana menggunakan strategi untuk merencanakan dan memperoleh informasi.
- b. Mengetahui bagaimana mengontrol dan mengarahkan proses mental untuk mencapai tujuan personal (metakognisi).
- c. Menunjukkan seperangkat keyakinan motivasional dan emosi yang adaptif, seperti tingginya keyakinan diri secara akademik, memiliki tujuan belajar, mengembangkan emosi positif terhadap tugas (senang, puas, dan antusias), memiliki kemampuan untuk mengontrol dan memodifikasinya, serta menyesuaikan diri dengan tuntutan tugas dan situasi belajar khusus.
- d. Mampu merencanakan, mengontrol waktu, dan memiliki usaha terhadap penyelesaian tugas, tahu bagaimana menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan, seperti mencari tempat belajar yang sesuai atau mencari bantuan dari guru dan teman jika menemui kesulitan.

- e. Menunjukkan usaha yang besar untuk berpartisipasi dalam memulai, mempertahankan dan menyelesaikan tugas-tugas akademik.
- f. Mampu melakukan strategi disiplin serta seleksi lingkungan, yang bertujuan menghindari gangguan internal dan eksternal, menjaga konsentrasi, usaha, dan motivasi selama menyelesaikan tugas.

2.1.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Strategi *Self Regulated Learning*

Faktor-faktor yang mempengaruhi strategi *self regulated learning* menurut Zimmerman (1989) adalah sebagai berikut :

- a. Faktor pribadi (*Person*)

Individu yang memiliki pengaruh pribadi seperti pengetahuan yang dimiliki peserta didik, tujuan sebagai hasil proses berpikir peserta didik, dan afeksi sebagai bentuk emosi yang dimiliki peserta didik dapat mempengaruhi strategi *self regulated learning*. Mahasiswa akan menjelajahi cara tertentu dalam mempelajari dan memahami materi perkuliahan, baik dari strategi belajar maupun pengetahuan terkait waktu yang tepat untuk menggunakan strategi tersebut dan mengetahui bagaimana efektivitasnya.

- b. Faktor perilaku (*Behavior*)

Ada beberapa faktor dalam fungsi perilaku yang mempengaruhi *self regulated learning*. Faktor pertama dalam fungsi perilaku adalah observasi diri (*self observation*) yang merupakan usaha mahasiswa untuk memonitor hasil belajar yang telah dicapainya, baik dengan mencatat ataupun tidak terkait kemajuan belajarnya. Faktor kedua adalah penilaian diri (*self judgement*) yang merupakan aktivitas membandingkan hasil belajar dengan tujuan yang hendak dicapai, dengan cara menguji kembali jawaban hasil tes dan strategi yang dipakai. Sedangkan faktor yang ketiga adalah reaksi diri (*self reaction*) yang merupakan usaha mahasiswa untuk mengoptimalkan kemampuan personal dan membuat lingkungan yang mendukung proses belajarnya, seperti meminimalisir gangguan berupa kebisingan (*noise*) bagi peserta didik yang gemar belajar di lingkungan yang sepi, mengatur cahaya pada ruangan tempat belajar dan menata meja belajar.

- c. Faktor lingkungan (*Environment*)

Lingkungan berkaitan dengan bagaimana lingkungan dapat mendukung atau tidak mendukung individu dalam pelaksanaan regulasi diri individu tersebut. Lingkungan tersebut adalah keluarga sebagai tempat mengasuh anak, sekolah tempat mendidik siswa, dan masyarakat tempat bergaul serta bermain dalam kehidupan sehari-hari. Dalam hal ini, orangtua berperan penting dan memiliki kewajiban utama untuk mengarahkan dan mendidik

anak kearah yang lebih baik. Belajar dari mengamati orang lain dan dari pengalaman diri juga merupakan faktor yang sangat mempengaruhi usaha mahasiswa dalam memahami materi yang dipelajari.

2.2 Tinjauan Tentang Mahasiswa

2.2.1 Pengertian Mahasiswa

Mahasiswa merupakan individu yang sedang menuntut ilmu di tingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi (Siswoyo, 2007). Sedangkan menurut Hurjati (2012), mahasiswa adalah seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, sekolah tinggi, politeknik, dan universitas. Mahasiswa dinilai memiliki tingkat intelektualitas yang tinggi, memiliki kecerdasan dalam berpikir serta kecemasan dalam bertindak. Sifat yang cenderung melekat dalam diri mahasiswa adalah bahwa mereka memiliki prinsip yang saling melengkapi yakni berpikir kritis dan bertindak dengan cepat.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa merupakan individu yang sedang menempuh pendidikan di tingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat untuk menekuni ilmu yang sedang ditempuhnya, serta dinilai memiliki kecerdasan dan berpikir kritis serta bertindak dengan cepat sesuai dengan keyakinannya.

2.2.2 Mahasiswa sebagai Masa Dewasa Awal

Menurut Santrock (2012), Mahasiswa tergolong dalam fase perkembangan dewasa awal yang biasanya berusia 18-25 tahun. Masa dewasa awal merupakan masa penjelajahan dan masa ekperimentasi untuk menetapkan jati dirinya. Masa ini ditandai dengan kecenderungan untuk mandiri dalam hal ekonomi dengan bekerja dan meniti karir, menjalin hubungan dengan lawan jenis, menyisakan sebagian waktu untuk hal-hal yang disukainya, mulai hidup mandiri, dan mengeksplorasi identitas serta gaya hidup (Santrock, 2012: 67).

Santrock (2012) juga mengungkapkan bahwa masa dewasa awal dikatakan sebagai masa yang sulit bagi individu karena pada masa ini seseorang dituntut untuk melepaskan ketergantungannya terhadap orangtua dan berusaha untuk menjadi mandiri. Amett (2006, dalam Santrock, 2012:70) menyimpulkan bahwa terdapat lima karakteristik kunci masa peralihan dewasa awal, yaitu:

- a. Eksplorasi identitas khususnya pada cinta dan pekerjaan (menunjukkan banyak perubahan, penyesuaian diri dan perluasan identitas).
- b. Ketidakstabilan (dalam hal romantic, pekerjaan, dan pendidikan).
- c. Fokus pada diri sendiri (kecenderungan untuk otonom dan mandiri, serta fokus pada tujuan dan harapan pribadi).
- d. Merasa di masa peralihan (belum memiliki otonomi penuh dan merasa belum berpengalaman menjadi orang dewasa).
- e. Usia krisis untuk mengubah pola hidup (memetakan perjalanan hidup menjadi lebih positif dan optimis ke masa depan).

Terdapat beberapa tanggung jawab dan tugas-tugas dalam perkembangan usia yang harus dilalui oleh individu pada masa dewasa awal. Hurlock (1980) mengungkapkan adanya beberapa tugas perkembangan masa dewasa awal yaitu: a) mendapat pekerjaan; b) memilih seorang teman hidup (pasangan); c) belajar hidup bersama dengan suami/istri dan membentuk suatu keluarga; d) mengasuh anak-anak; e) mengelola kehidupan berumah tangga; f) menerima tanggung jawab sebagai warga negara; g) bergabung dalam suatu kelompok sosial.

2.2.3 Mahasiswa yang Bekerja

Mahasiswa yang bekerja merupakan individu yang menjalani aktivitas perkuliahannya sambil bekerja dalam suatu lembaga usaha baik secara *part time* maupun secara *full time*. Menurut Anoraga (2001), alasan umum individu bekerja adalah karena uang. Begitu pula pendapat yang disampaikan oleh Motte dan Schwartz (2009) bahwa alasan utama mahasiswa bekerja adalah untuk mendapatkan sumber penghasilan, karena berasal dari latar belakang ekonomi rendah yang hanya mendapat sedikit dukungan finansial dari keluarganya sehingga tak mampu menutupi seluruh biaya kuliahnya.

Namun Motte dan Schwartz (2009) juga mengungkapkan alasan lain terkait mahasiswa yang bekerja yakni untuk membayar aktivitas luang dengan tujuan mendapat penghasilan tambahan untuk hal yang tidak berhubungan dengan pendidikan, bekerja sebagai cara hidup mandiri dan tidak ingin bergantung pada penghasilan orangtua, dan bekerja untuk mencari pengalaman supaya mahasiswa dapat merasakan langsung semua hal yang berhubungan dengan dunia kerja yang sesungguhnya.

Mahasiswa yang bekerja memiliki peran ganda yakni sebagai pelajar dan juga sebagai pekerja. Ketika berperan sebagai pelajar, maka mahasiswa merupakan peserta didik yang telah terdaftar dalam perguruan tinggi untuk mengikuti kegiatan pembelajaran yang telah ditetapkan

oleh lembaga pendidikan terkait sehingga akan mendapat suatu keahlian sesuai dengan pilihan jurusannya. Sedangkan ketika berperan sebagai pekerja, maka mahasiswa merupakan individu yang sudah terikat dengan suatu perusahaan tertentu dan memiliki kewajiban dan tanggung jawab yang harus dilaksanakan sesuai dengan peraturan yang berlaku dalam perusahaan tempat ia bekerja.

