



Surabaya, 6 April 2022

## SEMINAR NASIONAL HASIL RISET DAN PENGABDIAN

“Menuju Indonesia Bangkit dan Tangguh melalui Riset dan Pengabdian berbasis Teknologi”



### Pentingnya Self-Regulated Learning pada Mahasiswa

**Cindy Asli Pravesti\*, Elia Firda Mufidah, Dimas Ardika Miftah Farid, Maghfirotul Lathifah**

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, Indonesia

\*Email: [cindyasli@unipasby.ac.id](mailto:cindyasli@unipasby.ac.id)

#### Abstrak

Pengaturan belajar mahasiswa (*self-regulated learning*) merupakan komponen dalam pemaknaan proses belajar. Sehingga, terkait hal tersebut penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat *self-regulated learning* pada mahasiswa. Adapun rancangan penelitian yang digunakan ialah kuantitatif dengan metode deskriptif. Jumlah sampel dalam penelitian sebanyak 300 partisipan, dengan laki-laki berjumlah 75 partisipan dan perempuan 225 partisipan. Alat ukur yang digunakan ialah skala *self-regulated learning*. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan independent sample t-test serta dilakukan uji asumsi terlebih dahulu. Adapun hasil analisis penelitian dinyatakan H0 diterima yang berarti bahwa tidak ada perbedaan signifikan rata-rata *self-regulated learning* antara mahasiswa laki-laki dan mahasiswa perempuan dengan nilai t Hitung < t Tabel ( $\alpha = 0,05$ ) yakni  $0,547 < 1,649$  dengan nilai sig.  $0,585 > 0,05$ . Sehingga, *self-regulated learning* mahasiswa dapat memperluas peningkatan pengaturan proses belajar mahasiswa serta memberikan tanggung jawab. Kontribusi adanya *self-regulated learning* mahasiswa ini merupakan wujud kelancaran dalam proses pendidikan dalam situasi apapun.

**Kata kunci:** kepentingan; *self-regulated learning*; mahasiswa

Copyright © (2022) Seminar Hasil Riset dan Pengabdian ke 4

#### PENDAHULUAN

Perkembangan jaman pada dunia pendidikan (termasuk bimbingan dan konseling) menghadapi berbagai tantangan mulai dari tantangan global, nasional, dan lokal. Pada tatanan global telah teridentifikasi sepuluh tantangan di abad 21 yaitu; 1) kecepatan (*speed*); 2) kenyamanan (*convenience*); 3) gelombang generasi (*age wave*); 4) pilihan (*choice*); 5) ragam gaya hidup (*life style*); 6) kompetisi harga (*discounting*); 7) penambahan nilai (*value added*); 8) pelayananan pelanggan (*costumer service*); 9) teknologi sebagai andalan (*techno age*); 10) jaminan mutu (*quality control*) (Tucker, 1991). Pada tatanan nasional ditantang untuk menciptakan tata pendidikan yang dapat menghasilkan sumber daya pemikir sehingga mampu membangun tatanan sosial dan ekonomi, sadar-pengetahuan. Indonesia masih menyimpan

banyak mutu umum pendidikan yang belum dapat dibanggakan. Ini memerlukan perhatian dan upaya yang serius dan taat asas. Untuk itu, mahasiswa harus terlatih mempergunakan kekuatan argumen dan daya pikir. Tantangan-tantangan itu harus dihadapi dengan sebaik-baiknya mulai dari tatanan konstitusional, kebijakan, manajerial, dan operasional dalam berbagai aspek dan dimensi. Perubahan keadaan kehidupan yang cepat menjadikan mahasiswa membutuhkan kesiapan terhadap tuntutan, tantangan, serta problematika yang bisa saja terjadi dalam menjalankan profesinya (Lianawati & Lathifah, 2020).

Salah satu perubahan paradigma pendidikan tersebut adalah orientasi pembelajaran yang semula berpusat pada pendidik (*teacher-centered*) beralih berpusat pada murid (*student-centered*). Perubahan tersebut berwujud pada metodologi yang semula lebih didominasi *ekspositori* berganti ke *partisipatori*. Pendekatan yang semula lebih banyak bersifat *tekstual* berubah menjadi menjadi *kontekstual*. Semua perubahan tersebut dimaksudkan untuk memperbaiki mutu pendidikan, baik dari segi proses maupun hasil pendidikan. Sedangkan, pada paradigma bimbingan dan konseling merupakan cara pandang dari bimbingan dan konseling guna melayani masyarakat yang bersifat dinamis (Pravesti & Mufidah, 2021).

Di Indonesia dikenal sebagai model *Contextual Teaching and Learning* (CTL) atau pembelajaran kontekstual mulai dikenal pada awal tahun 2000. Pada tahun 2002, Badan Penelitian Dan Pengembangan (Balitbang) Depdiknas telah mendalami dan menjadikan *Contextual Teaching and Learning* (CTL) sebagai landasan pembaruan kurikulum sistem pendidikan nasional. Langkah kongkritnya terlihat dalam Kurikulum Berbasis Kompetensi (KBK) yang diberlakukan serentak disemua jenjang pendidikan pada tahun ajaran 2004. Dalam berbagai buku panduan pelaksanaan Kurikulum Berbasis Kompetensi (KBK) yang diterbitkan oleh Balitbang Depdiknas terlihat bahwa KBK diarahkan pada bagaimana seorang pendidik menjadikan peserta didik aktif dalam proses pembelajaran. Untuk itu, digunakan berbagai metode sehingga apa yang dipelajari peserta didik tidak hanya sekedar menjadi pengetahuan, tetapi menjadi sesuatu yang bermakna setelah proses pembelajaran terjadi.

*Contextual teaching and learning* (CTL) adalah sebuah proses pendidikan yang bertujuan menolong para siswa (termasuk mahasiswa) melihat makna didalam materi akademik yang mereka pelajari dengan cara menghubungkan subyek-subyek akademik tersebut dengan konteks kehidupan keseharian mereka (Johnson, 2002). Wujud konteksnya pada keadaan pribadi, sosial dan budaya. Diperlukan proses dalam mencapai makna yang diharapkan pada pembelajaran kontekstual (*Contextual Teaching and Learning*). Pencapaian makna tersebut meliputi delapan komponen berikut: membuat keterkaitan-keterkaitan yang bermakna, melakukan pekerjaan yang berarti, melakukan pembelajaran yang diatur sendiri, melakukan

kerjasama, berpikir kritis dan kreatif, membantu individu untuk tumbuh dan berkembang, mencapai standar yang tinggi, dan menggunakan penilaian autentik.

Pemahaman delapan komponen tersebut *contextual teaching and learning*, yaitu; a) membuat keterkaitan-keterkaitan yang bermakna (*making meaningful connections*) (Johnson, 2002). Mahasiswa membuat hubungan-hubungan antara sekolah dan berbagai konteks yang ada dalam kehidupan nyata sebagai anggota masyarakat; b) melakukan pekerjaan yang berarti (*doing significant work*). Mahasiswa mengatur pekerjaan yang signifikan, yakni ada tujuannya, ada urusannya dengan orang lain, ada hubungannya dengan penentuan pilihan, dan ada produk/hasilnya yang sifatnya nyata; c) mengatur sendiri belajarnya (*self-regulated learning*). Mahasiswa dapat mengatur diri sendiri sebagai orang yang belajar aktif dalam mengembangkan minatnya secara individual, orang yang dapat bekerja sendiri atau bekerja dalam kelompok, dan orang yang dapat belajar sambil berbuat (*learning by doing*); d) kerjasama (*collaborating*). Mahasiswa dibantu secara efektif dalam kelompok terkait proses belajarnya, membantu memahami bagaimana mereka saling mempengaruhi dan saling berkomunikasi; e) berpikir kritis dan kreatif (*critical and creative thinking*). Mahasiswa dapat menggunakan tingkat berpikir yang lebih tinggi secara kritis dan kreatif: dapat menganalisis, membuat sintesis, memecahkan masalah, membuat keputusan, dan menggunakan bukti-bukti dan logika; f) membantu individu untuk tumbuh dan berkembang (*Nurturing the individual*). Mahasiswa dapat memberi perhatian, harapan-harapan yang tinggi, memotivasi dan memperkuat diri sendiri; g) mencapai standar yang tinggi (*reaching high standards*); h) menggunakan penilaian autentik (*using authentic assessment*). Mahasiswa mengenal dan mencapai standar yang tinggi dengan mengidentifikasi tujuan dan memotivasi Mahasiswa untuk mencapainya.

Penjelasan tersebut memperjelas bahwa mengatur sendiri belajarnya (*self-regulated learning*) merupakan komponen dalam aktifitas belajar. Pengaturan sendiri belajarnya (*self-regulated learning*) mencakup tiga karakteristik utama yakni; 1) kesadaran berpikir, 2) penggunaan strategi, dan 3) pemeliharaan motivasi. Pengembangan komponen mengatur sendiri belajarnya (*self-regulated learning*) pada mahasiswa meliputi peningkatan kesadaran tentang berpikir efektif serta kemampuan menganalisis kebiasaan berpikir. Mahasiswa memiliki peluang untuk mengembangkan keterlibatannya secara pribadi dalam kegiatan observasi, evaluasi, dan bertindak untuk mengarahkan setiap rencana yang mereka buat, strategi yang dipilih, serta evaluasi tentang pekerjaan yang dihasilkan. Untuk mendapatkan motivasi belajar mahasiswa selalu terpelihara baik, maka beberapa aspek yang perlu diperhatikan ialah tujuan aktivitas yang dilakukan, tingkat kesulitan serta nilainya, persepsi mahasiswa tentang kemampuannya untuk mencapai tujuan tersebut, dan persepsi mahasiswa apabila mereka berhasil atau gagal dalam mencapai tujuan belajar. Maka, mengatur sendiri

belajarnya (*self-regulated learning*) meliputi sikap dan kesadaran berpikir, penggunaan strategi, serta motivasi siswa dalam belajar.

Kondisi yang terjadi saat ini mahasiswa menunjukkan bahwa mereka belum memaksimalkan regulasi belajarnya selama ini. Ini disebabkan karena kurangnya pemahaman mereka terhadap pentingnya mengatur sendiri belajarnya. Kurangnya pemahaman itu terlihat dari sikap mereka dalam mengerjakan tugas dan belajar saat ada perintah dan ketika ujian, belum menentukan tujuan akademik, belum menggunakan strategi dalam belajar. Maka, dapat dikatakan tidak semua mahasiswa ketika perkuliahan dilengkapi dengan pengaturan belajarnya. Mahasiswa banyak menunjukkan kesulitan dalam keterampilan dasar mengatur belajarnya, seperti kemampuan untuk menetapkan tujuan akademik atau untuk mengidentifikasi strategi belajar yang tepat (Bembenutty, 2011; Pintrich & Zusho, 2002).

Kesulitan yang dialami oleh mahasiswa membutuhkan bimbingan dan dukungan dalam mengembangkan keterampilan untuk pengaturan belajarnya. Seperti, mahasiswa yang merasa bosan, jenuh, dan menginginkan kegiatan berkumpul dengan teman-temannya yang dapat memicu prokrastinasi akademik (Farid, 2021). Untuk itu, mencapai perkembangan yang optimal merupakan orientasi prioritas dari layanan bimbingan dan konseling. Tujuan dari bimbingan dan konseling pribadi-sosial menjadi sasaran terhadap mahasiswa dalam mencapai perkembangan yang optimal. Wujudnya melalui sikap, kebiasaan, keterampilan, dan mengatur sendiri belajarnya secara efisien dan efektif serta produktif.

Pengaturan belajar mahasiswa (*self-regulated learning*) memfasilitasi pada mahasiswa tidak hanya membantu dalam pemahaman mahasiswa dan dalam menetapkan strategi untuk belajar yang efisien, tetapi juga membantu mahasiswa untuk mengidentifikasi kurangnya pemahaman mereka dan kebutuhan untuk mencari bantuan yang diperlukan untuk membantu proses belajar mereka. Maka, sangat penting untuk memberikan dukungan kepada pengaturan belajar mahasiswa (*self-regulated learning*) sebagai bagian dari pengalaman belajar universitas. Untuk itu, dapat dikatakan bahwa pengaturan belajar mahasiswa sangat diperlukan. Memperoleh wawasan mengenai mengatur sendiri belajarnya berpotensi memberi informasi berharga. Diwujudkan melalui penjelasan mengenai terjadi atau tidak adanya praktik-praktik pengaturan belajar mahasiswa dalam proses belajar, serta memberikan dukungan yang diperlukan bagi mahasiswa dalam mengembangkan dan mempertahankan pengaturan belajarnya.

## METODE

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian kuantitatif dengan metode deksriptif. Penelitian kuantitatif merupakan pengukuran yang cermat dari variabel guna menjawab hipotesis penelitian (Creswell & Creswell, 2018). Kemudian, metode deskriptif merupakan pendekatan yang berfungsi untuk memaparkan atau mendeskripsikan terkait gambaran dari objek yang diteliti yang sudah terkumpul tanpa menganalisisnya dan membuat kesimpulan umum (Sugiyono, 2017). Hal ini dengan menunjukkan nilai rata-rata, standar deviasi (Creswell & Creswell, 2018) pada *self-regulated learning*. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 300 partisipan, yang terbagi menjadi 225 partisipan perempuan dan 75 partisipan laki-laki. Penelitian ini menggunakan skala *self-regulated learning* yang diukur melalui keterampilan mengelola kognitif, manajemen waktu, penataan lingkungan, ketekunan, dan pencarian bantuan. Pada analisis data yang digunakan menggunakan independent sample t-test. Namun, sebelumnya perlu dilakuakn uji asumsi sebagai syarat dalam uji analisis beda. Analisis data ini guna menjawab hipotesis penelitian bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan rata-rata *self-regulated learning* antara mahasiswa laki-laki dan perempuan (H0) atau ada perbedaan yang signifikan rata-rata *self-regulated learning* antara mahasiswa laki-laki dan perempuan (Ha).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada uji asumsi dalam penelitian ini dijabarkan hasil uji normalitas dan uji homogenitas data, sebagai berikut:

**Tabel 1. Uji Normalitas Data dengan Nilai Skew dan Kurto**

Jenis Kelamin		Statistic	Std. Error
Perempuan	Mean	89.77	.664
	Skewness	.280	.162
	Kurtosis	.351	.323
Laki-laki	Mean	89.00	1.402
	Skewness	-.049	.277
	Kurtosis	.667	.548

**Tabel 2. Uji Homogentias Data**

Levene's Test for Equality of Variances	
F	Sig.
3.257	.072

Pada tabel 1 penggunaan uji normalitas data dengan melihat nilai skewness dan kurtosis ini disebabkan sample dalam penelitian ini yang besar yakni lebih dari 200 (n = 300). Jika memiliki sample yang besar (200 atau lebih) lebih dipentingkan untuk melihat nilai statistik skewness

dan kurtosis (Field, 2009). Lebih lanjut disampaikan bahwa batas toleransi skewness dan kurtosis adalah -1,96 sampai dengan 1,96 masih dianggap normal (Field, 2009). Maka, berdasarkan data di atas nilai skewness dan kurtosis masing-masing pada mahasiswa laki-laki sebesar -0,049 dan 0,667 yang masih berada pada batas toleransi normalitas. Sedangkan pada mahasiswa perempuan sebesar 0,280 dan 0,351 yang juga masih pada batas toleransi normalitas. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa data telah berdistribusi normal.

Selanjutnya, ialah uji homogenitas data yang telah diuraikan dalam tabel 2. Dari tabel tersebut nilai pada nilai sig.  $0,072 > 0,05$ . Hal ini berarti bahwa analisis homogenitas dengan Levene's Test for Equality of Variances dinyatakan bahwa data bersifat homogen. Selanjutnya, analisis data yang menggunakan independent sample t-test menunjukkan hasil sebagai berikut;

**Tabel 3. Independent Sample T-Test**

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	T	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
<b>Equal variances assumed</b>	.117	.733	.547	298	.585	.769	1.406	-1.998	3.536
<b>Equal variances not assumed</b>			.496	109.148	.621	.769	1.551	-2.305	3.843

Didapatkan bahwa hasil uji t hitung sebesar 0,547 dengan nilai df = 298 dan signifikansi 0,585. Hasil uji t hitung sebesar  $0,547 < t$  Tabel ( $\alpha = 0,05$ ) sebesar 1,649 dengan nilai sig.  $0,585 > 0,05$ . Maka, dapat dikatakan bahwa  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak yang berarti bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan rata-rata *self-regulated learning* antara mahasiswa laki-laki dan perempuan.

Berdasarkan pada perkembangan paradigma pendidikan baru, bimbingan dan konseling sebagai bagian integral dari pendidikan telah berkembang mengarah pada pelayanan bimbingan dan konseling yang tidak lagi berkuat dengan pendekatan klinis-terapeutis, tetapi lebih menekankan pada pendekatan pengembangan (*developmental*) yang bersifat proaktif. Namun, pelayanan *counseling, consultation, coordination* yang mewarnai periode sebelumnya masih dipertahankan, dilengkapi dengan 5 komponen baru, yaitu; 1) kepemimpinan, 2) advokasi, 3) kerja tim dan kolaborasi, 4) asesmen dan pemanfaatan data, dan 5) pemanfaatan teknologi. Perjalanan profesi pelayanan bimbingan dan konseling ke depannya akan terus bergerak mengikuti perkembangan jaman, dengan tetap melanjutkan arah pelayanan pada

periode sebelumnya. Setidaknya terdapat 3 komponen baru yang diperlukan melengkapi pelayanan bimbingan dan konseling di masa mendatang, yaitu: 1) akuntabilitas, 2) mediasi kultural, dan 3) agen perubahan sistemik (Dahir & Stone, 2007). Sehingga, kemampuan para pelaku profesi bimbingan dan konseling untuk selalu menyesuaikan dengan kebutuhan dan masalah yang dihadapi oleh konseli pada khususnya, dan para pemangku kepentingan pada umumnya, menjadikan bimbingan dan konseling semakin diakui keberadaan dan urgensinya dalam menghadapi berbagai perubahan yang terjadi di dalam masyarakat.

Bimbingan dan konseling telah dipengaruhi oleh paradigma dan praktek yang mengarah pada profesi dan pembaharuan dalam penekanan memberikan bantuan serta dukungan kepada mahasiswa dalam pencapaian prestasi akademik, advokasi keadilan sosial, dan akuntabilitas konselor. Prestasi akademik 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 sosioekonomi, kinerja dan sikap individu terhadap sekolah (Clemons, 2008). Hal ini menunjukkan bahwa prestasi akademik individu ditentukan oleh dua faktor, baik eksternal maupun internal. Belajar tidak hanya dikontrol oleh aspek eksternal saja, melainkan juga dikontrol oleh aspek internal yang diatur sendiri (*self-regulated*) (Chung, 2000). Oleh karena itu, belajar harus dipahami sebagai proses aktif, konstruktif dan *self-regulated* (Montalvo & Torres, 2004). Sehingga, individu yang belajar akan mendapatkan prestasi akademik yang baik, bila individu tersebut menyadari, bertanggungjawab dan mengetahui cara belajar yang efektif atau memiliki strategi regulasi diri dalam belajar (*self-regulated learning*) yang baik. Maka, mencapai prestasi akademik yang diharapkan oleh mahasiswa perlu adanya regulasi diri dalam belajar (*self-regulated learning*).

*Self-regulated learning* (SRL) merupakan suatu kegiatan individu 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 et al., 2003). Secara teoritis kemampuan meregulasi diri individu dalam belajar (*self-regulated learning*) telah berkembang baik pada masa remaja (Wang, 2004). Perspektif sosial kognitif yang dikemukakan Bandura bahwa *self-regulated learning* ditentukan oleh 3 faktor yakni faktor personal, perilaku dan lingkungan (Zimmerman & Schunk, 1989). Faktor personal *self-regulated learning* terjadi dengan menggunakan proses personal (kognitif) untuk mengatur perilaku dan lingkungan belajar di sekitarnya secara strategis. Faktor personal melibatkan *self-efficacy* yang mengacu kepada penilaian individu terhadap kemampuannya untuk melakukan suatu tugas, mencapai tujuan, atau mengatasi hambatan dalam belajar. Persepsi *self-efficacy* mahasiswa tergantung kepada empat tipe yang mempengaruhi pribadi seseorang yaitu pengetahuan mahasiswa, proses

metakognitif, tujuan, dan afeksi. Pengetahuan *self-regulated learning* harus memiliki kualitas pengetahuan prosedural dan pengetahuan bersyarat. Pengetahuan prosedural mengacu kepada pengetahuan bagaimana menggunakan strategi, sedangkan pengetahuan bersyarat mengarah kepada pengetahuan kapan dan mengapa strategi tersebut berjalan efektif. Pengetahuan *self-regulated learning* tidak hanya bergantung kepada pengetahuan mahasiswa tetapi juga proses metakognitif pada pengambilan keputusan dan performa yang dihasilkan dengan melibatkan perencanaan atau analisis tugas yang berfungsi mengarahkan usaha dalam mengontrol belajar.

Pengambilan keputusan metakognitif tergantung juga kepada tujuan jangka panjang mahasiswa dalam belajar. Tujuan merupakan kriteria yang digunakan mahasiswa untuk memonitor mereka dalam belajar. Tujuan dan pemakaian proses metakognitif dipengaruhi oleh persepsi terhadap *self-efficacy* dan afeksi. Afeksi mengacu kepada kemampuan mengatasi emosi yang timbul dalam diri meliputi kecemasan dan perasaan depresif yang menghalangi pola pikir dalam mencapai tujuan. Sedangkan pada faktor perilaku, mengacu kepada sikap serta keterampilan mahasiswa dalam menggunakan strategi *self-evaluation* sehingga mendapatkan informasi tentang keakuratan dan mengecek kelanjutan dari hasil umpan balik. Mahasiswa dalam berperilaku yang berhubungan dengan *self-regulated learning* yaitu observasi diri (*self-observation*), penilaian diri (*self-judgment*), dan reaksi diri (*self-reaction*). Komponen tersebut terdiri dari perilaku yang dapat diamati, dilatih dan saling mempengaruhi. Oleh karena itu, ketiga komponen tersebut dikategorikan sebagai faktor triadik yang mempengaruhi *self-regulated learning*. Faktor perilaku ini melibatkan penggunaan strategi evaluasi terhadap diri (*self-evaluation*) dan konsekuensi terhadap diri (*self-consequences*). Pada faktor lingkungan memiliki interaksi secara timbal balik dengan faktor personal dan perilaku.

Mengacu kepada sikap proaktif mahasiswa untuk menggunakan strategi perubahan lingkungan belajar seperti penataan lingkungan belajar, mengurangi kebisingan, dan pencarian sumber belajar yang relevan. Pada hasil penelitiannya bahwa tujuan mahasiswa, prospek kerja, *self-efficacy*, pengetahuan metakognitif, pengalaman belajar sebelumnya, pengaruh teman sebaya dan pengaruh keluarga memiliki pengaruh yang signifikan pada *self-regulation learning* mahasiswa (Balapumi et al., 2016). Kesempatan kerja dan staf pengajar yang signifikan juga ditemukan memiliki dampak langsung pada *self-regulation learning*. Adapun faktor laten *self-regulated learning* yang berkontribusi ialah *self-efficacy*, *self-concept*, *task goal orientation*, *apprehension*, dan *achievement* (Usher & Pajares, 2008). Maka, efikasi diri (*self-efficacy*) merupakan faktor yang mempengaruhi regulasi diri dalam belajar (*self-regulated learning*).

*Self-regulated learning* didorong adanya lingkungan kelas yang menekankan motivasi, otonomi dan hubungan antara usaha pribadi dan prestasi (Sungur & Güngören, 2009). Individu yang menerapkan *self-regulated learning* biasanya menggunakan strategi mencari informasi



(*seeking information*), mengatur lingkungan belajar (*environmental structuring*), mencari bantuan sosial (*seeking social assistance*), serta meninjau kembali catatan, tugas, atau tes sebelumnya dan buku pelajaran (*review record*). Lebih lanjut, *self-regulated* pada lingkungan sekolah difokuskan pada karakter kognitif personal yang meliputi pengalaman dasar dan teori, sedangkan karakter motivasi meliputi efikasi dan orientasi tujuan (Pintrich & Zusho, 2002).

Pencapaian tujuan bagi mahasiswa dalam belajar mereka sangat penting karena dapat mengarah pada pengaturan diri yang terarah pada tugas akademik. Hasil penelitian telah menunjukkan korelasi positif antara adopsi mahasiswa terhadap penguasaan belajar dan kepercayaan motivasional yang adaptif seperti persepsi positif terhadap nilai tugas, efikasi diri, ketekunan, dan usaha yang lebih tinggi serta tingkat adaptasi melibatkan kognitif yang lebih dalam dan tingkat pengaturan diri yang lebih tinggi (Wolters et al., 2003). Mahasiswa menganggap belajar sebagai sarana untuk mencapai tujuan.

Kajian-kajian ini menyiratkan bahwa pengaturan belajar mahasiswa (*self-regulated learning*) memfasilitasi pada mahasiswa tidak hanya membantu dalam pemahaman mahasiswa dan dalam menetapkan strategi untuk belajar yang efisien, tetapi juga membantu mahasiswa untuk mengidentifikasi kurangnya pemahaman mereka dan kebutuhan untuk mencari bantuan yang diperlukan untuk membantu proses belajar mereka. Maka, sangat penting untuk memberikan dukungan kepada pengaturan belajar mahasiswa (*self-regulated learning*) sebagai bagian dari pengalaman belajar di universitas. Untuk itu, dapat dikatakan bahwa pengaturan belajar mahasiswa (*self-regulated learning*) sangat diperlukan.

## KESIMPULAN

Kesulitan yang dialami oleh mahasiswa membutuhkan bimbingan dan dukungan dalam mengembangkan keterampilan untuk pengaturan belajarnya. Berdasarkan temuan dalam penelitian ini disampaikan bahwa tidak ada perbedaan rata-rata *self-regulated learning* antara mahasiswa laki-laki dan perempuan. Untuk itu, dalam mencapai perkembangan yang optimal merupakan orientasi prioritas dari layanan bimbingan dan konseling. Pelayanan bimbingan dan konseling pribadi-sosial menjadi sarana dalam membantu mahasiswa mencapai perkembangan yang optimal. Diwujudkan melalui sikap, kebiasaan, keterampilan, dan mengatur sendiri belajarnya secara efisien dan efektif serta produktif.

Pengaturan belajar mahasiswa (*self-regulated learning*) memfasilitasi pada mahasiswa tidak hanya membantu dalam pemahaman mahasiswa dan dalam menetapkan strategi untuk belajar yang efisien, tetapi juga membantu mahasiswa untuk mengidentifikasi kurangnya pemahaman mereka dan kebutuhan untuk mencari bantuan yang diperlukan untuk membantu

proses belajar mereka. Guna mendukung dan memfasilitasi pengaturan belajar mahasiswa, maka sangat penting menyelidiki faktor-faktor yang mempengaruhinya. Memperoleh wawasan tentang faktor-faktor yang mempengaruhi ini berpotensi memberi informasi berharga untuk menjelaskan terjadinya atau tidak adanya praktik-praktik pengaturan belajar mahasiswa dalam proses belajar dan memberikan dukungan yang diperlukan bagi mahasiswa dalam mengembangkan dan mempertahankan pengaturan belajarnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Balapumi, R., Kinsky, B. R. v., Aitken, A., & McMeekin, D. A. (2016). Factors Influencing University Students' Self- Regulation of Learning: An Exploratory Study. *ACE '16 Canberra, ACT Australia*. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1145/2843043.2843067>
- Bembenutty, H. f. (2011). Introduction: Self-Regulation of Learning in Postsecondary Education. *New Directions for Teaching and Learning*(126), 3-8.
- Chung, M.-K. (2000). The Development of Self-Regulated Learning. *Asia Pacific Education Review*, 1(1), 55-66.
- Clemons, T. L. (2008). *Underachieving Gifted Students: A Social Cognitive Model*
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches (Fifth Edition)*. SAGE Publications, Inc.
- Dahir, C. A., & Stone, C. B. (2007). School Counseling at the Crossroads of Change (ACAPCD-05). *ACA Professional Counseling Digests*.
- Farid, D. A. M. (2021). Pengaruh Teknik Restructuring Kognitif Dalam Konseling Kelompok Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling UNIPA Surabaya Di Masa Pandemi Covid-19. *Buana Pendidikan*, 17(1), 76-83.
- Field, A. (2009). *Discovering Statistics Using SPSS (Third Edition)*. SAGE Publications Inc.
- Filho, M. K. d. C. (2001). A Review on Theories of Self-Regulation of Learning. *Bulletin of the Graduate School of Education*, 50.
- Johnson, E. B. (2002). *Contextual Teaching and Learning: what it is and why it's here to stay*. Corwin Press, Inc.
- Lianawati, A., & Lathifah, M. (2020). Hambatan Kreativitas Mahasiswa dalam Mengembangkan Program Layanan Bimbingan Konseling. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Citra Bakti*, 7(2), 159-166.
- Montalvo, F. n. T., & Torres, M. a. C. G. l. (2004). Self-Regulated Learning: Current and Future Directions. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 2(1), 1-34.
- Pintrich, P. R. (2004). A Conceptual Framework for Assessing Motivation and Self-Regulated Learning in College Students. *Educational Psychology Review*, 16(4), 385-407. <https://doi.org/DOI:10.1007/S10648-004-0006-X>
- Pintrich, P. R., & Zusho, A. (2002). The Development of Academic Self-Regulation: The Role of Cognitive and Motivational Factors. In *The Development of Achievement Motivation*.
- Pravesti, C. A., & Mufidah, E. F. (2021). *Paradigma Bimbingan dan Konseling pada Abad-21. Konseling Kearifan Nusantara (KKN) 2*.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Alfabeta.

- Sungur, S., & Güngören, S. (2009). The Role of Classroom Environment Perceptions in Self-Regulated Learning and Science Achievement. *Elementary Education Online*, 8(3), 883-900.
- Tucker, R. B. (1991). *Managing the Future: 10 Driving Forces of Change for the '90s*. Berkley Pub Group.
- Usher, E. L., & Pajares, F. (2008). Self-Efficacy for Self-Regulated Learning : A Validation Study. *Educational and Psychological Measurement*, 68(3), 443-463. <https://doi.org/10.1177/0013164407308475>
- Wang, C. (2004). *Self-regulated learning strategies and self-eficcacy beliefs of children learning English as a second language* The Ohio State University.
- Wolters, C. A., Pintrich, P. R., & Karabenick, S. A. (2003). *Assessing Academic Self-regulated Learning* Indicators of Positive Development: Definitions, Measures, and Prospective Validity, ChildTrends, National Institutes of Health.
- Zimmerman, B. J., & Schunk, D. H. (1989). *Self-Regulated Learning and Academic Achievement: Theory, Research, and Practice*. Springer-Verlag.