

Bab I Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Proses pembelajaran dalam setiap jenjang pendidikan memiliki standar dan proses yang berbeda, mulai dari waktu dan tempat pembelajaran, *feedback* dari hasil pembelajaran, keberagaman informasi, jenis tugas, proses interaksi antara pengajar dan siswa, metode pembelajaran, fleksibilitas materi, hasil kinerja, dan keanekaragaman lingkungan sosial. Pada tingkat perguruan tinggi tingkat kesulitan materi maupun proses pembelajaran pasti akan lebih sulit dibandingkan SMA. Di perguruan tinggi mahasiswa dituntut memiliki kemandirian dalam belajar yang lebih tinggi seperti, mencari informasi mengenai proses perkuliahan, mencari sumber referensi lain untuk memperkuat pemahaman dalam berbagai mata kuliah, ikut terlibat dalam tugas-tugas kelompok, serta mengaplikasikan segala sesuatu yang telah dipelajari ke kehidupan sehari-hari.

Kompleksitas proses pembelajaran yang berbeda antara SMA dan perguruan tinggi membuat mahasiswa perlu lebih mandiri dan memerlukan usaha lebih dalam memahami materi-materi perkuliahan yang telah dipelajari, yang tidak kalah penting adalah keteraturan diri dalam belajar yang baik yang dapat membantu mahasiswa agar menjadi mahasiswa yang berprestasi dalam hal akademik, sehingga tujuan mahasiswa dalam hal akademik dapat tercapai. *Self regulated learning* (SRL) atau keteraturan diri dalam belajar merupakan proses dimana siswa secara mandiri memantau efektivitas metode atau strategi belajar mereka dan hasil umpan balik ditanggapi oleh mereka dengan berbagai cara mulai dengan perubahan persepsi diri hingga perubahan perilaku, seperti mengganti strategi belajar (Zimmerman & Scunk, 1989).

Fenomena yang terjadi di Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung, seperti yang kita tahu bahwa UIN Bandung merupakan salah satu perguruan tinggi berbasis

keislaman di mana mata kuliah yang diberikan tidak hanya mata kuliah umum dan mata kuliah berdasarkan kompetensi masing-masing setiap jurusan, akan tetapi diberikan juga mengenai keagamaan. Selain itu khususnya Fakultas Psikologi UIN Bandung terdapat juga mata kuliah yang berkaitan dengan kebudayaan dan kearifan lokal. Beberapa mata kuliah berbeda yang diberikan membuat mahasiswa memerlukan usaha lebih dalam memahami itu semua. Dengan *self regulated learning* yang baik dapat membantu mahasiswa dalam proses belajar mandiri yang akan mereka jalani. Namun faktanya tidak semua mahasiswa memiliki strategi belajar yang baik atau pun menjalankan semua yang telah mereka rencanakan sebagai strategi belajar mereka. Berdasarkan data awal melalui kuesioner yang dilakukan kepada 33 mahasiswa psikologi UIN Bandung yang terdiri dari semester enam dan empat untuk mengetahui terkait cara belajar, pengelolaan waktu, perencanaan belajar, kesiapan ketika hendak ujian, usaha untuk mencari informasi, serta faktor-faktor yang menghambat dan mendukung mereka dalam proses belajar. Hasilnya menunjukkan sebanyak 25 mahasiswa telah mempersiapkan rencana atau metode sendiri dalam belajar. Namun demikian, ketika akan menjalankan rencana yang telah mereka buat, mahasiswa seringkali dihadapkan pada hambatan-hambatan yang membuat mereka tidak lagi menjalankan rencana belajar yang telah mereka buat sebelumnya, sehingga tujuan-tujuan belajar yang telah mereka buat tidak tercapai. Faktor-faktor yang menjadi hambatan bagi mahasiswa untuk menjalankan strategi belajar yang telah mereka rencanakan adalah kurangnya motivasi untuk belajar (34%), lingkungan belajar yang tidak kondusif (18%), tidak mampu menahan keinginan untuk menggunakan gawai (18%), cara mengajar dosen (15%), suasana hati yang tidak baik (9%), dan kegiatan lain (6%). Dapat dilihat bahwa persentasi terbesar terdapat pada kurangnya motivasi untuk belajar yaitu sebesar 34%. Kurangnya motivasi untuk belajar pada mahasiswa Psikolog UIN Sunan Gunung Djati Bandung terdiri dari kurangnya dukungan

dari teman, kurangnya dukungan dari keluarga, dan rasa malas. Motivasi diklasifikasikan menjadi dua yaitu intrinsik dan ekstrinsik, dalam penelitian ini menekankan pada motivasi ekstrinsik. Motivasi ekstrinsik merupakan dorongan-dorongan yang berasal dari luar (lingkungan) yang dapat membantu dan menguntungkan mahasiswa dalam mencapai tujuannya (Sardiman, 2011). Dalam penelitian ini peneliti memilih dukungan sosial yang bersumber dari keluarga, teman dan *significant other* sebagai motivasi ekstrinsik.

Jika dilihat berdasarkan teori kognitif Piaget mahasiswa semester empat dan enam termasuk pada tahap perkembangan operasional formal. Tahap operasional formal merupakan tahap akhir perkembangan kognitif individu berdasarkan teori Piaget. Tahap ini ditandai dengan berkembangnya kemampuan berpikir secara abstrak. Pada tahap ini individu mampu menemukan cara baru dan lebih fleksibel dalam memanipulasi informasi. Selain itu penggunaan simbol untuk mewakili sesuatu yang bermakna (Papalia, Old & Feldman, 2009).

Menurut ilmuan lain terdapat tahap lain selain operasional formal yaitu pemikiran pascaformal. Terdapat beberapa kriteri dalam pemikiran pascaformal menurut Sinontt (2003, dalam Papalia, Old & Feldman, 2009) yaitu pertama *Shifting gears*, merupakan kemampuan untuk berpikir secara abstrak dan dapat menjelaskan hal abstrak tersebut ke dalam konsep yang lebih praktis dan realistis. Kedua *problem definition*, merupakan kemampuan dalam mendefinisikan suatu masalah. Ketiga *Process-product shift*, merupakan kemampuan melihat kemungkinan serta peluang terselesaikannya suatu masalah melalui proses menerapkan umum melalui pengalaman sebelumnya dalam menyelesaikan masalah sehingga memperoleh solusi yang konkret. Keempat *Pragmatism*, merupakan kemampuan memilih solusi terbaik dalam menyelesaikan masalah. Kelima *multiple solution*, merupakan kemampuan untuk melihat masalah dari berbagai faktor sehingga memperoleh lebih dari satu solusi untuk menyelesaikan

masalah. Keenam *awareness of paradox*, merupakan kesadaran seseorang bahwa setiap masalah atau solusi seringkali bersifat paradoks atau bertentangan. Terakhir *self-referential thought*, merupakan kesadaran seseorang bahwa ia merupakan penentu dari segala pemikirannya.

Dapat kita lihat terdapat ketidaksesuaian antara kondisi mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung dengan teori perkembangan kognitif Sinontt (2003). Hal tersebut disebabkan beberapa faktor yang menjadi penghambat. Begitu pula dengan *self regulated learning* pada mahasiswa yang dipengaruhi oleh tiga faktor yaitu, faktor pribadi (kognisi), faktor perilaku dan faktor lingkungan seperti yang dijelaskan oleh Zimmerman dan Schunk (1989) mengenai *self regulated learning* dalam perspektif sosial kognitif. Menurut Zimmerman (1989) faktor pribadi terdiri dari pengetahuan mahasiswa, proses metakognisi, tujuan yang ingin dicapai dan efikasi diri. Sedangkan faktor perilaku meliputi pengamatan diri, penilaian diri dan reaksi diri. Faktor terakhir adalah lingkungan yang terdiri dari lingkungan fisik maupun sosial.

Faktor-faktor yang telah dijelaskan Zimmerman (1989) sesuai dengan kondisi yang mahasiswa alami. Beberapa pernyataan yang diberikan mahasiswa mengenai hal-hal yang mendukung mereka dalam pengaturan diri dalam belajar seperti bantuan dari teman, motivasi dari orang tua dan suasana lingkungan belajar termasuk pada faktor lingkungan. Sedangkan yang termasuk pada faktor perilaku adalah belajar jauh-jauh hari ketika hendak ujian, membaca materi terlebih dahulu sebelum masuk kelas, dan mengerjakan tugas sesegera mungkin. Terakhir yang termasuk dalam faktor pribadi adalah adanya memiliki tujuan belajar untuk paham suatu materi, motivasi diri, dan memiliki harapan di masa mendatang.

Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN SGD Bandung juga menyebutkan faktor penghambat yang berasal dari diri mereka sendiri yaitu, terkait kurangnya motivasi belajar (34%) dan suasana

hati yang tidak baik (9%). Suasana hati yang berubah sering kali mempengaruhi proses belajar mahasiswa. Ketika mereka sedang sedih, murung, merasa hilang harapan seringkali hal tersebut membuat mahasiswa menjadi tidak fokus ketika belajar di kelas, malas untuk belajar dan malas untuk mengikuti perkuliahan. Begitu pula dengan kurangnya motivasi belajar yang berpengaruh pada terhambatnya proses belajar mereka sehingga mereka menjadi kehilangan tujuan belajar, tidak memiliki keinginan untuk belajar, dan tidak memiliki keinginan untuk berprestasi.

Harapan merupakan bagian dari pikiran positif yang dimiliki seseorang yang mengandung set emosi positif pada individu dengan harapan yang tinggi, dan set emosi negatif pada individu dengan harapan yang rendah (Snyder & Lopez, 2007). Emosi memiliki peran penting dalam kesejahteraan dan kesehatan psikologis serta dapat mempengaruhi motivasi, minat, *self regulated learning*, dan prestasi akademik seseorang. Emosi dan aspek *self regulated learning* memiliki hubungan yang bersifat timbal balik. Dapat dikatakan bahwa dengan *self regulated learning* yang efektif dapat mendorong pengalaman emosi yang lebih positif seperti harapan yang tinggi dan begitu juga sebaliknya, mahasiswa yang menjalankan kegiatan akademik dengan emosi positif seperti penuh harapan dapat meningkatkan *self regulated learning* menjadi lebih baik (Burić & Sorić, 2012).

Menurut Snyder dan Lopez (2007) “harapan menekankan pada kognisi yang dibangun di atas pemikiran yang diarahkan pada suatu tujuan”. Harapan mencerminkan persepsi individu mengenai kapasitasnya untuk dapat mengkonsepkan tujuannya, mengembangkan strategi atau rute yang spesifik untuk mencapai tujuannya, dan mempertahankan motivasinya untuk menggunakan strategi tersebut (Snyder, Lopez, Shorey, Rand & Feldman, 2003). Menurut Nowotny (1991) harapan bersifat multidimensi dimana menyiratkan keinginan serta kepercayaan

terhadap suatu peristiwa pada masa mendatang yang menentukan arah tindakan kita di masa sekarang.

Selain harapan faktor lain yang dapat mendukung pengaturan diri dalam belajar mahasiswa Fakultas Psikologi adalah faktor eksternal yaitu berupa dukungan sosial yang berasal dari teman (70%), keluarga (15%), sahabat (9%) dan dosen (3%). Sebagian besar mahasiswa menyebutkan teman merupakan sumber dukungan sosial mereka. Proses perkuliahan yang berlangsung kurang lebih setengah hari dari waktu mereka, membuat mereka lebih banyak berinteraksi dengan teman sebaya dibandingkan dengan orang tua. Selain itu keterlibatan teman dalam proses belajar yang sama-sama mereka ikuti membuat mahasiswa memilih teman sebagai sumber dukungan sosial. Dukungan yang diberikan dalam bentuk informasi dan motivasi membuat mahasiswa dapat membuat *self regulated learning* mereka menjadi lebih baik.

Dukungan sosial merupakan kenyamanan secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh orang lain yang mana bermanfaat ketika kita mengalami stres dan sesuatu yang sangat efektif terlepas dari strategi mana yang digunakan untuk mengatasi stres. Alasannya adalah karena berhubungan dengan orang lain merupakan sumber dari rasa nyaman ketika kita merasa tertekan (Baron & Byrne, 2005). Dukungan sosial merupakan kenyamanan, kepedulian, harga diri atau bantuan yang tersedia bagi seseorang dari orang lain atau pun kelompok lain (Sarafino & Smith, 2011).

Dalam sebuah penelitian yang dilakukan Aziz (2016) kepada 128 siswa dan siswi SMA hasilnya menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan positif yang signifikan terhadap *self regulated learning* siswa. Dukungan berupa dukungan emosional, informasi, penghargaan dan instrumental yang diberikan oleh orang tua, guru dan teman dapat meningkatkan

self regulated learning siswa. Penelitian lain yang dilakukan oleh Lubis (2016) kepada 150 siswa Madrasah Tsanawiyah hasilnya menunjukkan bahwa antara dukungan sosial dan kecerdasan emosional dengan *self regulated learning* memiliki hubungan yang signifikan.

Penelitian lain terkait harapan dan *self regulated learning* dilakukan oleh Vogel (2006) mengenai emosi positif dan SRL. Penelitiannya dilakukan untuk menentukan sejauhmana siswa percaya bahwa keadaan susasana hati yang positif memiliki keterkaitan dengan pengaturan diri. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa model mental siswa menunjukkan konstruk suasana hati positif memiliki peran sentral dalam pengaturan diri dan pentingnya perspektif masa depan yang positif (harapan) dalam memotivasi dan peran optimisme dalam memperkuat efek motivasi harapan pada pengaturan diri.

Burić dan Sorić (2012) melakukan penelitian mengenai peran tes harapan dan keputusan dalam *self regulated learning* yang dilihat dari relasinya antara kontrol kognitif, *volitional strategies* dan *value appraisals* yang memiliki efek pada prestasi akademik. Hasilnya menunjukkan bahwa penilaian kognitif memediasi hubungan antara *volitional strategies* dan tes emosi, dan lebih lanjut keputusan memediasi hubungan antara *volitional strategies* dan prestasi akademik. Hasil temuan ini menekankan bagaimana dinamika dari komponen kognitif, emosional dan perilaku dari *self regulated learning process*.

Berdasarkan pembahasan di atas dapat dilihat bahwa sudah terdapat beberapa penelitian mengenai dukungan sosial dan harapan yang dikaitkan dengan *self regulated learning*, namun hampir semua dari penelitian terkait harapan seringkali menggunakan teori Snyder yang memiliki dua dimensi yaitu *pathways thinking* dan *agency thinking*. Hal ini membuat peneliti tertarik untuk menggunakan teori lain dari harapan yaitu yang berasal dari Nowotny (1991) yang

mana tidak hanya menekankan pada bagaimana seseorang menemukan cara atau rute untuk mencapai suatu tujuan dan mempertahankan motivasi untuk mencapai tujuan, tapi memasukkan komponen lain yaitu keyakinan spiritual. Semua mahasiswa Psikologi UIN Bandung merupakan penganut agama Islam yang beriman kepada Allah Swt. Komponen keyakinan spiritual yang dijelaskan Nowotny (1991) sesuai dengan konsep tawakal dari ajaran agama Islam yang mana keduanya menekankan pada harapan yang didasarkan pada iman. Selain itu juga dalam teori harapan Nowotny menjelaskan bahwa dalam mencapai harapan kita tidak hanya fokus pada faktor dalam diri kita saja tetapi, faktor di luar diri kita seperti menjalin relasi dengan orang lain dan melibatkan Tuhan dalam segala aktivitas.

Penelitian terkait *self regulated learning* pada mahasiswa psikologi UIN Bandung diantaranya adalah penelitian yang dilakukan oleh Robiatul (2015) hasilnya menunjukkan bahwa antara sikap mahasiswa terhadap metode belajar dosen memiliki hubungan positif dengan *self regulated learning*. Artinya bahwa mahasiswa dengan sikap positif terhadap metode mengajar dosen cenderung memiliki *self regulated learning* yang tinggi dan mahasiswa dengan sikap negatif terhadap metode mengajar dosen cenderung memiliki *self regulated learning* yang rendah.

Penelitian lain dilakukan oleh Rahmalia (2018) hasilnya menunjukkan bahwa antara tipe kepribadian *conscientiousness* dengan *self regulated learning* mahasiswa dalam menghafal Al-quran memiliki hubungan yang positif. Artinya semakin tinggi tipe kepribadian *conscientiousness* mahasiswa maka semakin tinggi pula *self regulated learning* mereka, begitu pula sebaliknya, semakin rendah tinggi tipe kepribadian *conscientiousness* maka *self regulated learning* mereka semakin rendah.

Penelitian-penelitian yang pernah dilakukan terkait *self regulated learning* menunjukkan bahwa terdapat faktor internal dan eksternal yang berhubungan dan mempengaruhi *self regulated learning*. Namun pada penelitian sebelumnya hanya menekankan pada salah satu faktor saja untuk diteliti dengan *self regulated learning* yaitu, tipe kepribadian dan emosi positif yang merupakan faktor pribadi, serta dukungan dan metode mengajar dosen yang merupakan faktor lingkungan. *Self regulated learning* ditentukan oleh tiga faktor yaitu, kognisi, perilaku dan lingkungan (Zimmerman, 1989). Sehingga dalam penelitian ini peneliti melibatkan dua faktor yaitu pribadi dan lingkungan selain itu berdasarkan fenomena yang terjadi pada mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Bandung menarik untuk diteliti lebih lanjut. Oleh karena itu penelitian ini mengenai “Hubungan dukungan sosial dan harapan dengan *self regulated learning* pada mahasiswa Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung”.

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana tingkat dukungan sosial pada mahasiswa?
2. Bagaimana tingkat harapan pada mahasiswa?
3. Bagaimana tingkat *self regulated learning* pada mahasiswa?
4. Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dan harapan dengan *self regulated learning* pada mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung?

Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui tingkat dukungan sosial pada mahasiswa.
2. Mengetahui tingkat harapan pada mahasiswa.

3. Mengetahui tingkat *self regulated learning* pada mahasiswa.
4. Membuktikan hubungan dukungan sosial dan harapan dengan *self regulated learning* pada mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

Kegunaan Penelitian

Secara teoritis. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan dalam pengembangan ilmu psikologi khususnya dalam ilmu psikologi sosial, psikologi positif dan pendidikan. Selain itu juga dapat memperkaya dan mendukung khazanah ilmu psikologi sosial, psikologi positif dan psikologi Pendidikan.

Secara praktis. Setelah mengetahui mengenai bagaimana dukungan sosial dan harapan memiliki hubungan yang penting terhadap *self regulated learning* diharapkan mahasiswa dapat memanfaatkan sumber dukungan sosial yang tersedia di lingkungan terdekatnya dan tidak kehilangan harapan dalam mencapai tujuan mereka sebagai mahasiswa sehingga dapat melalui proses regulasi diri dengan baik.

