

Studi Mengenai “Self Regulator” pada Mahasiswa “Underachiever” di Fakultas Psikologi Unisba

¹Eni Nuraeni N., ²Dwie Rahmatanti

Jurusan Psikologi, Universitas Islam Bandung, Jl. Taman Sari No. 1 Bandung 40116

e-mail: ¹en_nugrahawati@ymail.com; ²dwie.rahmatanti@gmail.com

Abstrak. Seleksi masuk Fakultas Psikologi UNISBA menggunakan pemeriksaan psikologi yang bertujuan untuk menjaring calon mahasiswa yang memiliki potensi dan kemampuan sesuai dengan disiplin ilmu psikologi. Namun ternyata terdapat mahasiswa yang memiliki IPK di bawah 2,0, padahal diantara mereka ada yang memiliki IQ diatas rata-rata. Mereka ada yang telah memiliki target nilai yang baik dan telah memiliki strategi belajar tertentu tetapi tidak digunakan secara efektif. Hambatannya mahasiswa sulit dalam mengatur waktu belajar. Selain itu kurangnya motivasi dan keyakinan diri juga dapat menghambat mereka untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Mahasiswa sering merasa bahwa hasil yang diperoleh tidak sesuai dengan harapan. Sebanyak 82% mahasiswa memiliki self regulation yang sedang. Sementara itu sebanyak 55% mahasiswa memiliki kemampuan yang sedang dalam perencanaan (forethought), 73% memiliki kemampuan yang sedang dalam melaksanakan rencana (performance), dan 64% memiliki kemampuan yang sedang dalam melakukan evaluasi dari tindakan dan rencana yang telah disusun sebelumnya (self reflection).

Kata Kunci: *underachiever, self regulation*

1. Pendahuluan

Rimm (dalam Del Siegle & McCoah, 2008) menyatakan bahwa ketika siswa tidak menampilkan potensinya, maka termasuk *underachiever*. Faktor-faktor yang dapat menyebabkan seseorang menjadi *underachiever* adalah adanya perbedaan komitmen terhadap tugas, peran orang tua, harapan guru terhadap kemampuan anak. Penyebab lainnya seseorang menjadi *underachiever* adalah ia tidak dapat menyadari potensi yang dimilikinya, mempunyai target yang terlalu rendah sehingga tidak mempunyai tujuan yang jelas, mempunyai tujuan yang tidak realistis, tidak termotivasi untuk berprestasi di sekolah, tidak menampilkan performa yang baik dalam situasi tes, meraih prestasi di bawah harapan, mengumpulkan tugas yang belum selesai atau dikerjakan dengan asal-asalan dan kesulitan dalam bekerja secara kelompok (<http://mp3-underachiever.blogspot.com/>).

Siswa *underachiever* umumnya juga disebabkan oleh faktor kepribadian siswa yang tidak mendukung untuk belajar, diantaranya motivasi yang rendah, sikap negatif terhadap dosen, orang tua atau suatu mata kuliah, *self esteem* yang rendah, serta ketidakyakinan akan kemampuannya. Selain itu adanya korelasi positif antara manajemen diri dalam belajar dengan prestasi belajar (<http://jurnal.pdii.lipi.go.id/admin/jurnal/12205128142.pdf>). Menurut Boekaerts, ada beberapa faktor yang mempengaruhi keberhasilan siswa untuk mencapai prestasi yang optimal. Di antaranya adalah intelegensi, kepribadian, lingkungan sekolah, dan lingkungan rumah. Namun selain faktor-faktor tersebut ternyata *self regulation* turut mempengaruhi keberhasilan siswa dalam mencapai prestasi yang optimal. Meskipun seorang siswa memiliki tingkat

intelegensi yang baik, kepribadian, lingkungan rumah dan lingkungan sekolah yang mendukungnya, namun tanpa ditunjang kemampuan *self regulation* maka siswa tersebut tetap tidak akan mampu mencapai prestasi yang optimal. Pengaturan diri atau *self regulation* adalah proses individu mengaktifkan pikiran, perasaan dan tingkah laku yang telah direncanakan dan secara sistematis telah disesuaikan dengan kebutuhan individu untuk mempengaruhi belajar dan motivasinya (Schunk, 1994; Zimmerman, 1989, 1990, 2000, Zimmerman & Kitsantas, 1996; Boekaerts, 2000:631). Schunk & Zimmerman (1998) mengatakan bahwa teori *self-regulation* memandang belajar sebagai *open-ended process* yang membutuhkan aktivitas berkesinambungan dalam proses belajar dan terdiri atas tiga fase, yaitu fase *forethought*, fase *performance* atau *volitional control* dan fase *self-reflection*.

Calon mahasiswa yang akan masuk Fakultas Psikologi UNISBA, selain harus mengikuti tes akademik, mereka juga harus mengikuti pemeriksaan psikologi yang bertujuan untuk menjaring calon mahasiswa yang memiliki potensi dan kemampuan yang sesuai dengan disiplin ilmu psikologi. Namun pada kenyataannya sampai saat ini terdapat mahasiswa Fakultas Psikologi UNISBA yang memiliki IPK dibawah 2,0. Berdasarkan data Bagian Akademik Fakultas Psikologi UNISBA pada bulan Maret 2011, terdapat 90 mahasiswa yang memiliki IPK di bawah 2,0, dengan rincian mahasiswa angkatan 2004 sebanyak 4 orang, angkatan 2005 sebanyak 7 orang, angkatan 2006 sebanyak 10 orang, angkatan 2007 sebanyak 11 orang, angkatan 2008 sebanyak 35 orang dan angkatan 2009 sebanyak 23 orang. Sementara itu berdasarkan hasil tes kecerdasan, mahasiswa dengan IPK dibawah 2,0 memiliki IQ rata-rata hingga diatas rata-rata. Pada mahasiswa angkatan 2006 terdapat 2 orang yang memiliki IQ 115, pada angkatan 2007 terdapat 3 orang yang memiliki IQ 127, 122, dan 113, pada angkatan 2008 terdapat 4 orang yang memiliki IQ 115 dan 140, dan pada angkatan 2009 terdapat 1 orang yang memiliki IQ 113. Mahasiswa yang berada pada rentang IQ antara 105 sampai 110 berjumlah 6 orang dengan rincian angkatan 2007 sebanyak 1 orang yang memiliki IQ 106, angkatan 2008 sebanyak 6 orang yang memiliki IQ 107, 109, dan 110, dan angkatan 2009 sebanyak 1 orang yang memiliki IQ 109.

2. Tujuan Penelitian

Data di atas menunjukkan adanya mahasiswa yang kurang dapat mengoptimalkan potensi kecerdasan yang dimilikinya. Masalah yang biasa dihadapi oleh mahasiswa ini adalah tidak dapat menampilkan *performance* yang baik saat mengerjakan ujian, meraih prestasi di bawah harapan, mengumpulkan tugas yang belum selesai atau dikerjakan asal-asalan, laporan praktikum yang menuntut pengerjaan cepat dikumpulkan ala kadarnya. Kurangnya motivasi dan keyakinan diri juga dapat menghambat mereka untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Mereka juga sering bolos kuliah, menunda menyelesaikan tugas yang diberikan oleh dosen, belajar hanya pada saat akan ujian. Bermain bersama teman-teman lebih menyenangkan daripada masuk kelas untuk kuliah. Mereka jarang mencatat materi perkuliahan yang diterangkan oleh dosen di kelas. Biasanya mereka sibuk mencari salinan catatan saat akan ujian. Pada saat melihat nilai yang diperoleh pada akhir semester, mereka merasa nilai tersebut tidak sesuai dengan harapan. Jika mereka memperoleh nilai yang buruk, mereka menganggap hal itu disebabkan carabelajar yang kurang maksimal dan ada juga yang merasa bahwa hal tersebut memang disebabkan oleh dosen pengajar yang sulit memberikan nilai yang baik.

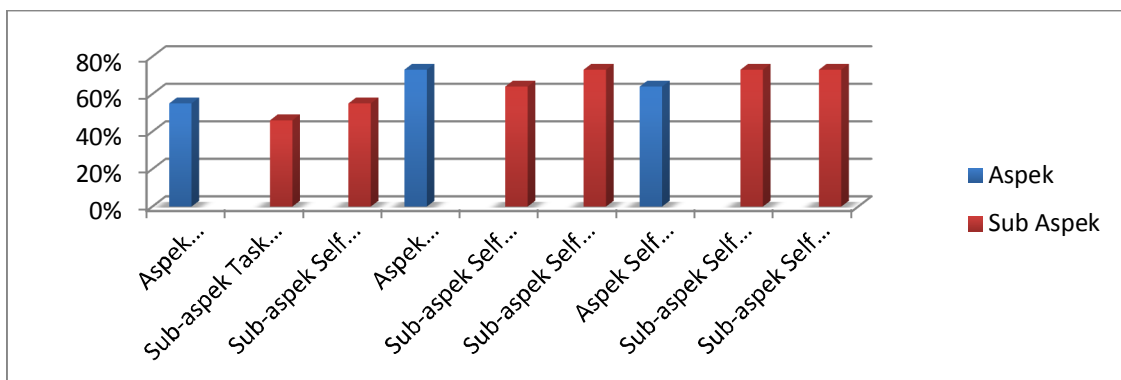
Menurut Davis & Rimm dalam Munandar (2004:238) bahwa *underachiever* atau berprestasi di bawah kemampuan adalah jika ada ketidaksesuaian antara prestasi sekolah dan indeks kemampuannya sebagaimana nyata dari tes intelegensi, prestasi atau kreativitas, atau dari data observasi, yang mana prestasi sekolah nyata lebih rendah daripada tingkat kemampuan. Pada penelitian ini yang dimaksud dengan *underachiever* adalah mahasiswa Fakultas Psikologi UNISBA yang memiliki IQ diatas rata-rata tetapi memiliki IPK dibawah 2,0.

3. Hasil dan Pembahasan

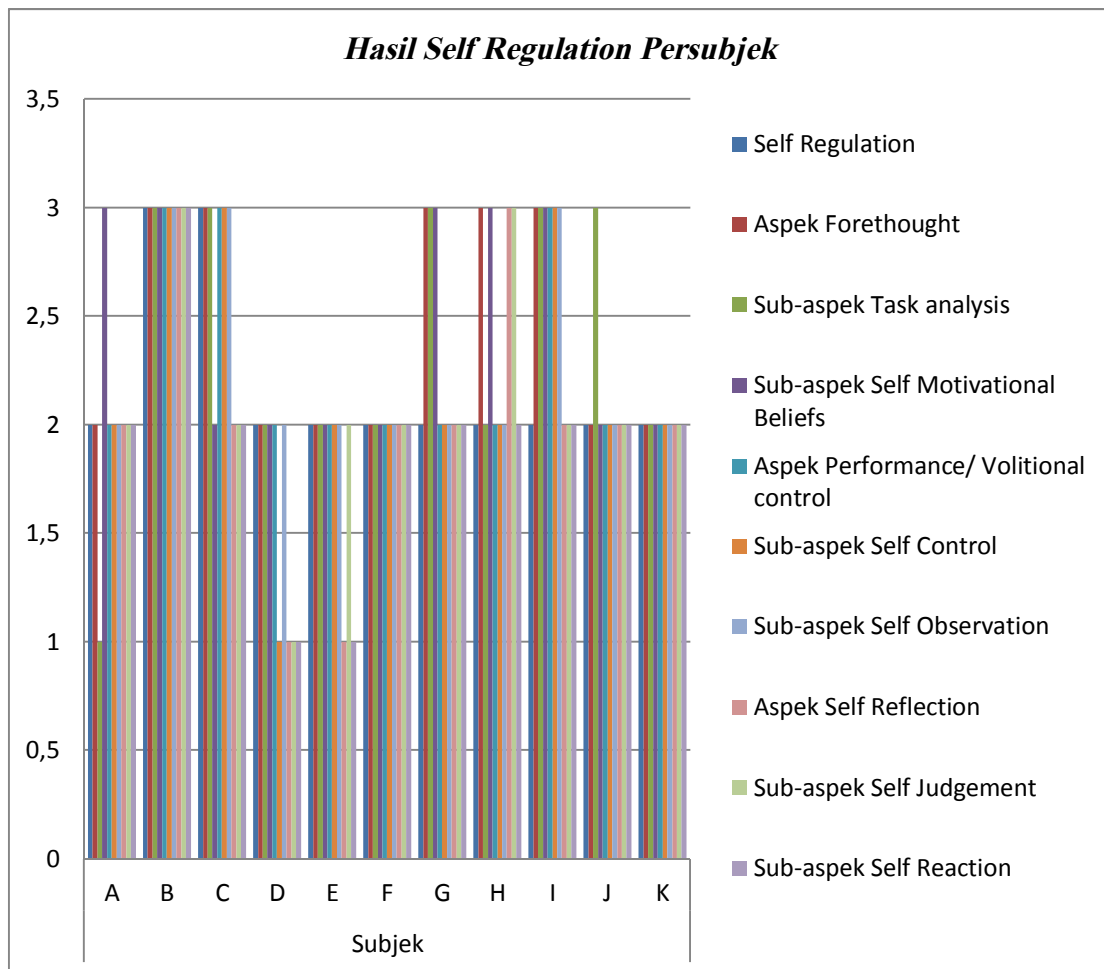
Berdasarkan pengukuran dengan menggunakan alat ukur *self regulation* didapatkan hasil sebagai berikut: sebanyak 9 orang (82%) memiliki *self regulation* yang sedang, sedangkan 2 orang (18%) memiliki *self regulation* yang tinggi. Untuk aspek *self regulation* digambarkan dalam tabel berikut:

Tabel 1
Persentase Aspek dan Sub-aspek Self Regulation

No.	Aspek SelfRegulation	Persentase	Sub-aspek	Persentase
1.	<i>Forethoughts</i>	Sedang: 55% Tinggi: 45%	a. <i>Task analysis</i> b. <i>Self Motivational Beliefs</i>	Rendah: 9% Sedang: 45,5% Tinggi: 45,5% Sedang: 55% Tinggi: 45%
2.	<i>Performance/ Volitional control</i>	Sedang: 73% Tinggi: 27%	a. <i>Self Control</i> b. <i>Self Observation</i>	Rendah: 9% Sedang: 64 Tinggi: 27% Sedang: 73% Tinggi: 27%
3.	<i>Self Reflection</i>	Rendah: 18% Sedang: 64% Tinggi: 18%	a. <i>Self Judgement</i> b. <i>Self Reaction</i>	Rendah: 9% Sedang: 73% Tinggi: 18% Rendah: 18% Sedang: 73% Tinggi: 9%



Grafik1: Penyebaran Skor Self Regulation



Sebanyak 6 orang (55,5%) memiliki *forethought* (perencanaan) yang sedang dan sebanyak 5 orang (45,5%) memiliki *forethought* (perencanaan) yang tinggi. Sedangkan untuk aspek *task analysis* diperoleh: 1 orang (9%) memiliki sub-aspek *task analysis* rendah, 5 orang (45,5%) memiliki *task analysis* sedang, dan 5 orang (45,5%) memiliki *task analysis* yang tinggi. Sementara itu untuk sub-aspek *self motivation beliefs* diperoleh hasil: 6 orang (54,5%) memiliki sub-aspek *self motivation beliefs* yang sedang dan 5 orang (45,5%) memiliki *self motivation beliefs* yang tinggi. Untuk aspek *performance/volitional control*: terdapat 8 orang (73%) memiliki *performance volitional control* yang sedang dan 3 orang (27%) memiliki *performance volitional control* yang tinggi. Untuk sub-aspek *self control* diperoleh bahwa 1 orang (9%) memiliki sub-aspek *self control* yang rendah, 7 orang (64%) memiliki sub-aspek *self control* yang sedang dan 3 orang (27%) memiliki sub-aspek *self control* tinggi. Untuk sub-aspek *self observation*, diperoleh hasil 8 orang (73%) memiliki sub-aspek *self observation* yang sedang, dan 3 orang (27%) memiliki sub-aspek *self observation* yang tinggi. Untuk sub-aspek *Self Reflection* terdapat 2 orang (18%) memiliki *self reflection* yang rendah, 5 orang (45%) memiliki *self reflection* yang sedang dan 2 orang (18%) memiliki *self reflection* yang tinggi. Untuk sub aspek *Self Judgement* terdapat 1 orang (9%) memiliki *self judgement* yang rendah, 8 orang (73%) memiliki *self judgement* yang sedang dan 2 orang (18%) memiliki *self judgement* yang tinggi. Untuk sub aspek

Self Reaction terdapat 2 orang (18%) memiliki *self reaction* rendah, 8 orang (73%) memiliki *self reflection* yang sedang dan 1 orang (9%) memiliki *self reaction* yang tinggi.

Self regulation merupakan suatu proses individu mengaktifkan pikiran, perasaan dan tingkah laku, yang telah direncanakan dan secara sistematis telah disesuaikan dengan kebutuhan siswa untuk mempengaruhi belajar dan motivasi (Schunk, 1994; Zimmerman, 1989, 1990, 2000, Zimmerman & Kitsantas, 1996; dalam Boekaerts, 2000: 631). *Self regulation* digambarkan sebagai sebuah siklus karena *feedback* dari *performance* sebelumnya digunakan untuk penyesuaian diri terhadap upaya yang sedang dilakukan. *Self regulation* meliputi proses penetapan tujuan untuk belajar, mengikuti dan berkonsentrasi pada pelajaran, penggunaan strategi yang efektif untuk mengorganisir, melakukan pengkodean, dan berlatih mengingat informasi, menetapkan suatu lingkungan kerja yang produktif, menggunakan sumber daya yang efektif, meminta bantuan ketika diperlukan, memiliki kepercayaan yang positif tentang kemampuan yang dimiliki dan mengantisipasi hasil yang dicapai, merasakan kebanggaan dan kepuasan atas usaha yang telah dilakukan (Boekaerts, 2000:631).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 82% (9 orang) mahasiswa *underachiever* di Fakultas Psikologi UNISBA memiliki *self regulation* yang sedang (Tabel 2.1 dan Grafik 2.1). Hal ini didukung dengan rata-rata tiap aspek *self regulation* pada mahasiswa *underachiever* yang menunjukkan kategori sedang, yaitu aspek *forethought* sebanyak 55% (6 orang), aspek *performance* atau *volitional control* sebanyak 73% (8 orang), dan aspek *self reflection* sebanyak 64% (7 orang).

Pada aspek perencanaan (*forethought*), mahasiswa memiliki sub-aspek yang rendah pada *task analysis*. Sub-aspek *task analysis* ini melibatkan *goal setting* yang mengacu pada keputusan yang diambil terhadap hasil belajar atau *performance* yang spesifik (Lock & Latham, 1990; dalam Boekarts, 2000:17). *Goal system* yang dimiliki mahasiswa tersebut tidak tersusun secara hierarki, sehingga tidak mengarahkan tindakannya pada tujuan. Mereka "masa bodoh" dengan nilai yang mereka dapatkan. Selain itu mereka kurang mampu menyusun strategi yang efektif agar dapat mencapai target. Mereka merencanakan pengambilan mata kuliah pada saat perwalian tetapi tidak membuat jadwal belajar dan juga menyediakan waktu untuk belajar. Mereka belajar sesuai *mood*, kuliah tanpa mempersiapkan materi sebelumnya, dan apabila ada presentasi di kelas, mahasiswa tersebut menyiapkan *power point* dengan terburu-buru sehingga mereka tidak menguasai materi yang dipresentasikan. Sub-aspek *self motivational beliefs* juga termasuk rendah. Sub-aspek ini berkaitan dengan keyakinan akan kemampuan yang dimiliki mahasiswa serta harapan akan memperoleh hasil yang baik. Kemampuan *self regulatory* menjadi kecil nilainya ketika seseorang kurang dapat memotivasi diri mereka. Ketika mahasiswa ini mendapatkan mata kuliah yang sulit, mereka menjadi pesimis dan tidak termotivasi untuk memperoleh hasil yang baik. Mereka ragu dengan tugas yang mereka kerjakan dan pesimis dengan nilai yang akan mereka dapatkan pada setiap mata kuliah.

Kedelapan mahasiswa tersebut masuk ke dalam kategori *self regulation* yang sedang. Jika dilihat dari grafik penyebaran skor (Grafik 2.1), mereka memiliki aspek *forethought* yang rendah, akan tetapi aspek *performance* dan *self reflection*-nya tinggi, sehingga menutupi aspek yang rendah tersebut. Mahasiswa ini memiliki aspek *performance* yang baik yang mana sub-aspek yang tinggi adalah sub-aspek *self observation*. *Self observation* yang mengacu pada pengamatan seseorang dari

pelaksanaan tugas mereka, kondisi sekelilingnya dan akibat yang dihasilkan (Zimmerman & Paulsen, 1995; dalam Boekaerts, 2000:19). Aspek lain yang cukup tinggi adalah *self reflection* yang mana sub-aspek *self judgement* dan sub-aspek *self reaction*-nya terbilang tinggi. Saat *self judgement*, mereka memperbaiki cara belajar untuk memperoleh IPK yang lebih baik, telah mengetahui bagaimana cara belajar yang efektif, mahasiswa ini juga mengakui bahwa mereka tahu penyebab sebenarnya mereka memiliki IPK yang rendah. Namun hasil yang ditampilkannya masih belum menunjukkan hasil yang optimal.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengukuran alat ukur *self regulation*, didapatkan bahwa mahasiswa *underachiever* di Fakultas Psikologi UNISBA memiliki *self regulation* yang sedang.

Umumnya mahasiswa memiliki *self regulation* yang sedang dengan aspek *forethought* yang seimbang antara yang sedang dan yang tinggi. Pada aspek *performance* atau *volitional control* terdapat cukup banyak mahasiswa yang berada pada kategori sedang. Sementara itu pada aspek *self reflection*, sebagian besar mahasiswa memiliki *self reflection* yang sedang.

Berikut ini peneliti menyarankan sebagai berikut: Bagi mahasiswa *underachiever* Fakultas Psikologi UNISBA yang menjadi subjek penelitian, diharapkan mengetahui bagaimana *self regulation* pada diri mereka, sehingga dapat mengembangkan aspek-aspek yang belum optimal.

Untuk penelitian berikutnya hendaknya mencantumkan data pribadi yang lebih rinci seperti posisi anak dalam keluarga, tinggal bersama orang tua atau kost, pola asuh yang diterapkan orang tua dalam keluarga, sehingga dapat dilihat lingkungan individu tersebut yang akan memberikan kontribusi terhadap *self regulation*.

5. Daftar Pustaka

- Arikunto, Suharsimi. 2009. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
 Azwar Saifuddin. 1999. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
 Boekaerts, Monique; Paul R. Pintrich; Moshe Zeidner. 2000. *Handbook of Self Regulation*. USA: Academic Press.
 Fakultas Psikologi. 2006. *Buku Panduan Akademik PAKEM 2006*. Bandung : Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung.
 Noor Hasanuddin. 2009. *Aplikasi dalam Penyusunan Instrumen Pengukuran Perilaku*. Bandung: Fakultas Psikologi UNISBA.
 Rimm, Sylvia B. 1986. *Underachievement Syndrome Causes and Curse*. USA: Apple Publishing Company.

Sumber Internet

Gunarsa, Singgih D. 2004. *Dari Anak sampai Usia Lanjut*. BPK. Di unduh tanggal 5 Februari 2010

http://books.google.co.id/books?id=GUAGhG74nH4C&printsec=frontcover&dq=dari+Anak+sampai+Usia+Lanjut&hl=id&ei=_ytRTdC9Ao7SrQevnLSpCA&sa=X&oi=book_result&ct=result&resnum=1&ved=0CCYQ6AEwAA#v=onepage&q&f=false

Fakultas Psikologi UNISBA. Diunduh tanggal 27 Maret 2011.