

10

Jurnal

Etam Edu

Volume 4 No. 3, November 2013



**DINAS PENDIDIKAN
PROVINSI KALIMANTAN TIMUR**

ISSN 2086-0684



Volume 4 Nomor 3, November 2013

ISSN 2086-0684

JURNAL ETAM EDU

Jurnal Pendidikan Pengembangan Kurikulum dan Pembelajaran

© all rights reserved

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Penanggung Jawab :

Kepala Dinas Pendidikan Provinsi Kalimantan Timur

Editor

Penyunting :

Dwi Nugroho, Nanang Rijono, Bohari Yusuf, Lambang Subagiyo,
Makrina Tindangen dan Idris Mandang

Pengelola :

Idris Mandang, Muhammad Arifin, Bowo Lestono, Anzorullah Jamal,
Candra Wahyudi, Arie Antasari, Anita Fitriah Rahma, Muhammad Aria Misbahul F,
Ashadi Arifin Nur, Medi Susyanto, Zetsaona Sihotang, Evi Nur Anisa,
Septi Indah Pratiwi, Rusmawati, Sopiannyah, dan Nursyirwan

Diterbitkan Oleh :

Dinas Pendidikan Provinsi Kalimantan Timur
Jln. Basuki Rahmat No. 5 Samarinda
Phone : (0541) 743055, 743553, 741062, 736763
Faximile : (0541) 732526, 736763
E-mail : disdikplan.provkaltim@gmail.com

ISSN 2086-0684



9 772086 068489

**JURNAL ETAM EDU - Volume 4, Nomor 3,
November 2013**

DAFTAR ISI

1. PENERAPAN SELF-REGULATED LEARNING PADA PROSES PEMBELAJARAN DI PERGURUAN TINGGI (Sudarman) 167 - 174
2. EVALUASI PROGRAM MUTU PENDIDIKAN SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN “Studi tentang Program Mutu SMKN 1 Samarinda” (Laili Komariyah).. 175 - 182
3. PENINGKATAN MOTIVASI DAN HASIL BELAJAR MATEMATIKA DENGAN MODEL PEMBELAJARAN KOPERATIF TIPE *SNOWBALL THROWING* PADA SISWA KELAS VII SMP NEGERI 2 TANAH GROGOT TAHUN PEMBELAJARAN 2013/2014 (Pawi) 183 - 191
4. PENINGKATAN HASIL BELAJAR SISWA PADA MATA PELAJARAN PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DENGAN STRATEGI MAKE A MATCH DI KELAS VI SDN 001 TANAH GROGOT (Bukhari)..... 192 - 200
5. PENINGKATAN HASIL BELAJAR IPA MELALUI MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF TIPE STAD DI KELAS III SD NEGERI 031 TANAH GROGOT TAHUN 2013/2014 (Kasmini) 201 - 207
6. PENINGKATAN HASIL BELAJAR MATEMATIKA BERBASIS MEDIA SISWA KELAS V SDN 002 TANAH GROGOT 2012/2013 (Abdul Muthalib) 208 - 216
7. PENERAPAN PEMBELAJARAN KOOPERATIF TIPE *TAKE AND GIVE* UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR IPS DI KELAS IVB SDN 002 TANAH GROGOT TAHUN 2012/2013 (Hasbiati)..... 217 - 224
8. MENINGKATKAN PRESTASI BELAJAR PKN MELALUI METODE PEMBELAJARAN KOOPERATIF MODEL TEAM GAMES TAOUNAMENT (TGT) PADA SISWA KELAS VI SEKOLAH DASAR NEGERI 015 KECAMATAN TANJUNG REDEB KABUPATEN BERAU (Panca Turiah) 225 - 233
9. SOAL OPEN ENDED PADA MATERI GRAFIK FUNGSI KUADRAT DAN PEDOMAN PENILAIANNYA (Safrudiannur) 234 - 242
10. PENINGKATAN KECEPATAN EFEKTIF MEMBACA (KEM) DENGAN TEKNIK TRIFOKUS STEVE SNYDER KELAS VI SDN 013 BABULU (Sutrisno) 243 - 249
11. PEMBELAJARAN KONTEKSTUAL MODEL PENGAJARAN PEMBERIAN BALIKAN DALAM MENINGKATKAN PRESTASI BELAJAR PKN PADA SISWA KELAS XI SMK NEGERI 3 SAMARINDA TAHUN PEMBELAJARAN 2012/2013 (Sitti Aisyah) 250 - 257

PENERAPAN SELF-REGULATED LEARNING PADA PROSES PEMBELAJARAN DI PERGURUAN TINGGI

Sudarman

Dosen FKIP Universitas Mulawarman

Email: daremantep@gmail.com

Abstract

This article describes how self-regulated learning (SRL) has become a popular topic in research in educational psychology and how the research has been translated into classroom practices or learning processes. Self-regulated learning emerged as a construct that encompassed these various aspects of academic learning and provided more holistic views of the skills, knowledge, and motivation that students acquire. This article provides a review of Self-regulated learning in learning process. behavior includes the activation of a relatively large number of psychological dimensions.

Key word: *Self-regulated learning, Learning Process, College*

Belajar (learning) adalah proses multisegi yang biasanya dianggap sesuatu yang biasa saja oleh individu sampai mereka mengalami kesulitan saat menghadapi tugas yang kompleks. Akan tetapi kapasitas belajar adalah karakteristik yang membedakan manusia dengan makhluk lainnya. Hanya manusia yang memiliki otak yang berkembang baik untuk digunakan melakukan tindakan yang memiliki tujuan (Golberg, 2001). Kemampuan tersebut meliputi kemampuan mengidentifikasi objek, mengorganisasi sumber daya, dan memonitor konsekuensi.

Hal tersebut selaras dengan tuntutan belajar di perguruan tinggi mengharuskan mahasiswa untuk belajar lebih mandiri, disiplin dalam mengatur waktu, dan melaksanakan kegiatan belajar yang lebih terarah dan intensif sehingga memungkinkan mahasiswa tampil produktif, kreatif, dan inovatif. Bekal utama yang dibutuhkan mahasiswa untuk menyesuaikan diri dengan keadaan tersebut adalah memiliki kemampuan dan keterampilan untuk mengatur kegiatan belajar, mengontrol perilaku belajar, dan mengetahui tujuan, arah, serta sumber-sumber yang mendukung untuk belajarnya.

Menjawab permasalahan diatas diperlukan kemampuan untuk mengatur di dalam hal

belajarnya dan kemampuan memecahkan masalah belajarnya artinya diperlukan kepribadian-kepribadian bagi pebelajar yang sanggup mengelola diri sendiri, mengarahkan diri dan mencapai aktualisasi diri sesuai dengan potensinya yang dalam terminologi psikologi disebut *self regulated learning*.

Tulisan ini akan mengkaji tentang pentingnya penerapan strategi *self regulated learning* bagi mahasiswa pada proses pembelajaran di perguruan tinggi terhadap dalam rangka mencapai tujuan belajarnya.

DEFINISI SELF-REGULATED LEARNING

Istilah *self regulated learning* berkembang dari teori kognisi sosial Bandura (1997). Menurut teori kognisi sosial, manusia merupakan hasil struktur kausal yang interdependen dari aspek pribadi (*person*), perilaku (*behavior*), dan lingkungan (*environment*) (Bandura, 1997). Ketiga aspek ini merupakan aspek-aspek determinan dalam *Self regulated learning*. Ketiga aspek determinan ini saling berhubungan sebabakibat, dimana person berusaha untuk meregulasi diri sendiri (*self regulated*), hasilnya berupa kinerja atau perilaku,

dan perilaku ini berdampak pada perubahan lingkungan, dan demikian seterusnya (Bandura, 1986).

Self regulated learning menggarisbawahi pentingnya otonomi dan tanggung jawab pribadi dalam kegiatan belajar. Dalam proses pembelajaran, mahasiswa yang memiliki *self regulated learning* membangun tujuan-tujuan belajar, mencoba memonitor, meregulasi, dan mengontrol kognisi, motivasi, dan perilakunya untuk mengontrol tujuantujuan yang telah dibuat (Valle et al., 2008).

Self regulated learning menekankan pentingnya tanggungjawab personal dan mengontrol pengetahuan dan keterampilan-keterampilan yang diperoleh (Zimmerman, 1990). Regulasi diri dalam belajar juga membawa mahasiswa menjadi master (ahli/menguasai) dalam belajarnya (Zimmerman & Schunk, 1989). Perspektif *self regulated learning* dalam belajar dan prestasi mahasiswa tidak sekedar istimewa (disctintive) tetapi juga berimplikasi pada bagaimana seharusnya dosen berinteraksi dengan mahasiswa, serta bagaimana seharusnya sekolah diorganisir (Zimmerman, 1990).

Self regulated learning merupakan kombinasi keterampilan belajar akademik dan pengendalian diri yang membuat pembelajaran terasa lebih mudah, sehingga para mahasiswa lebih termotivasi (Glynn, Aultman, & Owens, 2005). Mereka memiliki keterampilan (*skill*) dan *will* (kemauan) untuk belajar (McCombs & Marzano, 1990; Murphy & Alexander, 2000). Mahasiswa yang belajar dengan regulasi diri mentransformasikan kemampuan-kemampuan mentalnya menjadi keterampilan-keterampilan dan strategi akademik (Zimmerman, 2002).

Zimmerman & Martinez-Pons (2001) mendefinisikan *self regulated learning* sebagai tingkatan dimana partisipan secara aktif melibatkan metakognisi, motivasi, dan perilaku dalam proses belajar. *Self regulated learning* juga didefinisikan sebagai bentuk belajar individual dengan bergantung pada motivasi belajar mereka, secara otonomi mengembangkan pengukuran (kognisi, metakognisi,

dan perilaku), dan memonitor kemajuan belajarnya (Baumert et al., 2002). *Self regulated learning* mengintegrasikan banyak hal tentang belajar efektif. Pengetahuan, motivasi, dan disiplin diri atau *volition* (kemauan-diri) merupakan faktor-faktor penting yang dapat mempengaruhi *self regulated learning* (Woolfolk, 2008).

Pengetahuan yang dimaksudkan adalah pengetahuan tentang dirinya sendiri, materinya, tugasnya, strategi untuk belajar, dan konteks-konteks pembelajaran yang akan digunakannya. Mahasiswa yang belajar dengan regulasi diri dapat diistilahkan sebagai mahasiswa 'ahli'. Mahasiswa ahli mengenal dirinya sendiri dan bagaimana mereka belajar dengan sebaik-baiknya. Mereka mengetahui gaya pembelajaran yang disukainya, apa yang mudah dan sulit bagi dirinya, bagaimana cara mengatasi bagianbagian sulit, apa minat dan bakatnya, dan juga tahu materi yang sedang dipelajarinya; semakin banyak materi yang mereka pelajari semakin banyak pula yang mereka ketahui, serta semakin mudah untuk belajar lebih banyak (Alexander, 2006). Mereka mungkin mengerti bahwa tugas belajar yang berbeda memerlukan pendekatan yang berbeda pula. Merekapun menyadari bahwa belajar seringkali terasa sulit dan pengetahuan jarang yang bersifat mutlak; biasanya ada banyak cara yang berbeda untuk melihat masalah dan ada banyak macam solusi (Pressley, 1995; Winne, 1995).

Berkenaan dengan ini, *self-regulated learning* telah menjadi fokus penelitian saat ini dan menjadi dasar praktik pendidikan (Pintrich, 2000a; Reynolds dan Miller, 2003). Untuk mencapai keberhasilan, dibutuhkan *self-regulated learning* antara lain yang berupa kemauan dan keterampilan (Blumenfeld & Marx, 1997; McCombs & Marzano, 1990). Oleh karena itu, pendidikan harus membantu mahasiswa untuk menyadari pemikiran mereka sendiri, mengarahkan motivasi mereka untuk mencapai tujuan yang berharga.

Hal ini bertujuan agar mahasiswa dapat mandiri dalam belajar. Sejak dipublikasikannya *self-regulated learning and Academic Achievement:*

Theory, Research and Practice (Zimmerman dan Schunk, 1989), banyak penelitian tentang *self-regulated learning* telah dilakukan. Kemudian, publikasi lain yang relevan telah muncul. Dari kajian pustaka, dikumpulkan kemajuan dalam penelitian bidang ini di antaranya: (1) *self-regulated learning* dan Kinerja (Schunk & Zimmerman, 1994), (2) *self-regulated learning*: Dari Pengajaran ke praktik refleksi diri (Schunk & Zimmerman, 1998), (3) *self-regulated learning* dan Prestasi Akademik: Perspektif Teoritis (Zimmerman & Schunk, 2001).

Self-regulated learning menyangkut penerapan model umum regulasi dan regulasi diri dalam proses belajar. Ada empat asumsi mengenai *self-regulated learning* yang dipakai Wolters et al., (2003). *Pertama*, asumsi aktif dan konstruktif. Mahasiswa sebagai partisipan yang aktif konstruktif dalam proses belajar, baik itu aktif mengkonstruksi pemahaman, tujuan, maupun strategi dari informasi yang tersedia di lingkungan dan pikirannya sendiri. *Kedua*, asumsi *self-regulated learning* sebagai potensi untuk mengontrol. Mahasiswa sanggup memonitor, mengontrol, meregulasi aspek tertentu dari kognitif, memotivasi diri dan berperilaku sesuai karakteristik lingkungan jika memungkinkan. *Ketiga*, asumsi tujuan, kriteria, atau standar. Asumsi tersebut digunakan untuk menilai apakah proses harus dilanjutkan bila beberapa kriteria atau standar berubah. *Keempat*, asumsi bahwa aktivitas dalam *self-regulated learning* merupakan penengah (mediator) antara personal dan karakteristik konteks dan prestasi atau performansi yang sesungguhnya. *Self-regulated learning* pada kognitif, motivasi, dan perilaku yang dimiliki individu, merupakan perantara hubungan antara *person*, konteks, dan bahkan prestasi.

Berdasarkan uraian di atas *self-regulated learning* adalah proses aktif dan konstruktif dengan jalan mahasiswa menetapkan tujuan untuk proses belajarnya dan berusaha untuk memonitor, meregulasi, dan mengontrol kognisi, motivasi, dan perilaku, yang kemudian semuanya diarahkan dan didorong untuk mencapai tujuan dan disesuaikan

dengan konteks lingkungan (Pintrich dalam Wolters et al., 2003; Schunk, 2005). Sejalan dengan definisi di atas, Zimmerman (1989:329) menyatakan bahwa *self-regulated learning* pada mahasiswa dapat digambarkan melalui tingkatan atau derajat yang meliputi keaktifan berpartisipasi baik itu secara metakognisi, motivasional, maupun perilaku dalam proses belajar. Senata dengan itu, Pintrich & De Groot (1990) menyatakan bahwa *self-regulated learners* tidak saja perlu memiliki kognisi (*knowledge to build upon*), dan metakognisi (*knowledge and monitoring learning strategy*), tetapi mereka juga harus termotivasi menggunakan strategi metakognisi mereka untuk membangun pemahaman mereka terhadap bahan-bahan pembelajaran

KARAKTERISTIK MAHASISWA YANG MENERAPKAN SELF-REGULATION

Menurut Zimmerman (2001, 2002), ciri-ciri mahasiswa yang mampu melakukan *self-regulation* adalah mereka aktif partisipasi dalam belajar dari metakognitif, motivasi, dan sudut pandang perilaku. Karakteristik dikaitkan dengan *self-regulating (pengaturan diri)* sendiri yang bertepatan dengan atribut kinerja tinggi, kapasitas tinggi mahasiswa, sebagai lawan mereka dengan kinerja rendah (Atau ketidakmampuan belajar), yang menunjukkan sebuah kelebihan dalam variabel (Reyero dan Tourón, 2003; Roces dan Torres González, 1998; Zimmerman, 1998). Namun, dengan pelatihan yang memadai dimensi ini, semua mahasiswa dapat meningkatkan derajat kontrol mereka atas pembelajaran dan melakukan, ketidakmampuan belajar dan banyak ditemukan terutama pada kinerja mahasiswa rendah.

Secara umum, penelitian menunjukkan bahwa perbedaan karakteristik antara mahasiswa yang menerapkan dan tidak menerapkan *self-regulation* dalam proses belajarnya (Corno, 2001; Weinstein, Husman dan Dierking, 2000; Winne, 1995; Zimmerman, 1998, 2000, 2001, 2002) akan diuraikan sebagai berikut.

- a. Mengetahui cara menggunakan serangkaian strategi kognitif yang membantu dalam mentransformasi, mengorganisasi, mengelaborasi, dan menemukan kembali informasi.
- b. Mengetahui bagaimana merencanakan, mengontrol, dan mengatur proses mental menjadi prestasi (metakognisi).
- c. Mampu menentukan keyakinan motivasi dan emosi yang tepat.
- d. Merencanakan waktu dan usaha yang akan digunakan untuk mencapai tujuan.
- e. Melakukan peningkatan yang menunjukkan usaha terbaik dalam proses belajar.
- f. Mampu menjalani kondisi yang menuntut serangkaian strategi, yang bertujuan mempertahankan konsentrasi, usaha, dan motivasi selama melakukan tugas akademis.

ASPEK-ASPEK SELF-REGULATED LEARNING

Self-regulation merupakan fundamen dalam proses sosialisasi dan melibatkan perkembangan fisik, kognitif dan emosi (Papalia, 2001, h. 223). Mahasiswa dengan self-regulation pada tingkat yang tinggi akan memiliki kontrol yang baik dalam mencapai tujuan akademisnya. Self-regulation yang diterapkan dalam self-regulated learning, mengharuskan mahasiswa fokus pada proses pengaturan diri guna memperoleh kemampuan akademisnya. Menurut Zimmerman (1989, h. 329), self-regulated learning terdiri atas pengaturan dari tiga aspek umum pembelajaran akademis, yaitu kognisi, motivasi dan perilaku. Sesuai aspek di atas, selanjutnya Wolters dkk. (2003, h. 8-24) menjelaskan secara rinci penerapan strategi dalam setiap aspek self-regulated learning sebagai berikut.

Pertama, strategi untuk mengontrol atau meregulasi kognisi meliputi macam-macam aktivitas kognitif dan metakognitif yang mengharuskan individu terlibat untuk mengadaptasi dan mengubah kognisinya. Strategi pengulangan (rehearsal), elaborasi (elaboration), dan organisasi

(organization) dapat digunakan individu untuk mengontrol kognisi dan proses belajarnya.

Kedua, strategi untuk meregulasi motivasi melibatkan aktivitas yang penuh tujuan dalam memulai, mengatur atau menambah kemauan untuk memulai, mempersiapkan tugas berikutnya, atau menyelesaikan aktivitas tertentu atau sesuai tujuan. Regulasi motivasi meliputi *mastery self-talk*, *extrinsic self-talk*, *relative ability self-talk*, *relevance enhancement*, *situasional interest enhancement*, *self-consequating*, dan penyusunan lingkungan (*environment structuring*).

Ketiga, strategi untuk meregulasi perilaku merupakan usaha individu untuk mengontrol sendiri perilaku yang nampak. Sesuai penjelasan Bandura (Zimmerman, 1989, h. 330) bahwa perilaku adalah aspek dari pribadi (person), walaupun bukan internal yang direpresentasikan oleh kognisi, motivasi dan afeksi. Meskipun begitu, individu dapat melakukan observasi, memonitor, dan berusaha mengontrol dan meregulasinya dan seperti pada umumnya aktivitas tersebut dapat dianggap sebagai self-regulatory bagi individu. Regulasi perilaku meliputi regulasi usaha (*effort regulation*), waktu dan lingkungan (*time/ study environment*), dan pencarian bantuan (*help-seeking*).

FASE-FASE SELF-REGULATED LEARNING

Berdasarkan perspektif sosial-kognitif yang dikemukakan Zimmerman (2000 dalam Pajares dan Urda, 2006, h. 57-62), bahwa proses *self-regulation* digambarkan sebagai pemikiran, perasaan, dan tindakan yang muncul dari dalam diri seseorang, yang terencana dan selalu berubah perputarannya berdasarkan performa umpan balik yang berpengaruh pada pencapaian tujuan yang ditargetkan diri sendiri.

Perputaran *self-regulation* mencakup tiga fase umum: fase perencanaan, pelaksanaan, dan proses evaluasi. Ketiga fase tersebut prosesnya sama dengan self-regulated learning. Fase perencanaan akan mempengaruhi performa seseorang dalam proses fase kontrol performa atau fase pelaksanaan, yang

secara bergantian akan mempengaruhi fase reaksi diri. Perputaran self-regulation dikatakan sempurna apabila proses refleksi diri mampu mempengaruhi proses perencanaan selama seseorang berusaha memperoleh pengetahuan berikutnya.

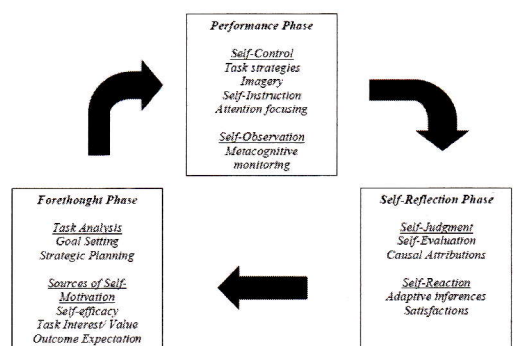
a. Fase perencanaan (*Forethought*) dengan dua kategori yang saling berkaitan erat dalam fase perencanaan yakni Analisis tugas (*Task Analysis*) dan Keyakinan motivasi diri (*Self-motivation beliefs*). Analisis tugas meliputi penentuan tujuan dan perencanaan strategi, tujuan dapat diartikan sebagai penetapan atau penentuan hasil belajar yang ingin dicapai oleh seorang individu, misalnya memecahkan persoalan matematika selama proses belajar berlangsung. Sistem tujuan individu yang mampu melakukan *self-regulation* tersusun secara bertahap. Proses tersebut dilakukan sebagai regulator untuk mencapai tujuan yang sama dengan hasil yang pernah dicapai. Sedangkan keyakinan motivasi diri meliputi *self-efficacy*, *outcome expectation*, minat intristik atau penilaian (*valuing*), dan orientasi tujuan. *Self-efficacy* merujuk pada keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk memiliki performa yang optimal dalam mencapai tujuan. Sementara itu, *outcomes expectation* merujuk pada harapan individu dalam meraih suatu hasil dari yang telah dilakukannya.

b. Fase performa (*Performance / Volitional control*) yang meliputi: Kontrol diri (*Self-control*) dan Observasi diri (*Self-observation*). Proses *self-control* seperti instruksi diri (*self-instruction*), perbandingan (*imagery*), pemfokusan perhatian, dan strategi tugas, membantu individu berkonsentrasi pada tugas yang dihadapi, dan mengoptimalkan usaha untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Sedangkan proses *self-observation* mengacu pada penelusuran individu terhadap aspek-aspek spesifik dari performansi yang ditampilkan, kondisi sekelilingnya, dan akibat yang dihasilkannya. Penetapan tujuan yang dilakukan pada fase perencanaan mempermudah *self-observation* karena

tujuannya terfokus pada proses yang spesifik dan terhadap kejadian di sekelilingnya.

c. Fase refleksi diri (*Self-reflection*) terdiri dari Penilaian diri (*Self-judgement*) dan Reaksi diri (*Self-reaction*), penilaian diri (*self-judgement*) meliputi evaluasi diri (*self-evaluation*) terhadap performansi yang ditampilkan individu dalam upaya mencapai tujuan dan menjelaskan penyebab yang signifikan terhadap hasil yang dicapainya. Proses kedua yang terjadi pada fase ini adalah *self-reaction* yang terus-menerus akan mempengaruhi fase perencanaan dan seringkali berdampak pada performansi yang ditampilkan pada masa mendatang terhadap tujuan yang telah ditetapkan.

Fase yang terjadi pada *self-regulated learning* sama prosesnya dengan perputaran *self-regulation*. Fase tersebut terdiri dari fase perencanaan, fase performa dan fase refleksi diri yang ketiganya membentuk siklus yang saling terkait. Jika salah satu fase terganggu, maka fase lainnya ikut terganggu dan tidak dapat berproses secara lancar.



Gambar. Fase dan Subproses *Self-regulation*

TIPE-TIPE STRATEGI *SELF-REGULATED LEARNING*

Strategi *self-regulated learning* adalah tindakan dan proses yang menunjukkan kepada mahasiswa bagaimana cara memperoleh informasi atau kemampuan yang meliputi perantara, tujuan, dan persepsi instrumental (Zimmerman, 1989, h. 329). Tujuan dari setiap strategi difungsikan untuk meningkatkan self-regulation baik itu fungsi pribadi, performa tindakan akademis, dan lingkungan belajar (Zimmerman, 1989, h. 337).

Strategi yang dapat diambil sebagai contoh adalah strategi organisasi dan perubahan, latihan dan mengingat, serta penetapan tujuan dan perencanaan berpusat pada regulasi pribadi yang optimal. Strategi seperti *self-evaluation* dan pemberian konsekuensi diri (*self-consequency*) dapat meningkatkan fungsi perilaku, sedangkan strategi penyusunan lingkungan, pencarian informasi, pemeriksaan ulang, serta pencarian bantuan dimaksudkan untuk meningkatkan lingkungan belajar mahasiswa. Zimmerman dan Martinez-Pons akan memaparkan lebih jauh mengenai tipe-tipe strategi *self-regulated learning* (dalam Zimmerman, 1989, h. 337).

Strategi tersebut dikelompokkan menjadi beberapa tipe berdasarkan wawancara dengan mahasiswa-mahasiswa perguruan tinggi tentang bervariasinya strategi yang umumnya digunakan dalam konteks belajar meliputi : (1) Evaluasi diri (*self-evaluating*) pernyataan yang mengindikasikan mahasiswa berinisiatif mengevaluasi kualitas atau kemajuan pekerjaan yang dilakukan, (2) Pengorganisasian dan perubahan (*organizing and transforming*) dimaknai pernyataan yang mengindikasikan mahasiswa berinisiatif menyusun kembali materi pembelajaran untuk meningkatkan proses belajar baik secara jelas maupun tersembunyi. (3) penetapan tujuan dan perencanaan (*goal-setting and planning*) yakni pernyataan yang mengindikasikan siswa menetapkan tujuan pendidikan atau subtujuan dan merencanakan langkah selanjutnya, pengaturan waktu dan menyelesaikan aktivitas yang berhubungan dengan tujuan, (4) pencarian informasi (*seeking information*) berupa pernyataan yang mengindikasikan siswa berinisiatif untuk mendapatkan informasi berkenaan dengan tugas selanjutnya dari sumber-sumber non-sosial ketika mengerjakan tugas, (5) latihan mencatat dan memonitor (*keeping records and monitoring*) pernyataan yang mengindikasikan siswa berinisiatif mencatat kejadian atau hasil-hasil selama proses belajar, (6) penyusunan lingkungan (*environmental structuring*), pernyataan yang mengindikasikan siswa berinisiatif memilih

atau menyusun kondisi lingkungan fisik untuk mempermudah belajar, (7) pemberian konsekuensi diri (*self-consequating*) yaitu pernyataan yang mengindikasikan siswa memiliki susunan dan daya khayal (*imagination*) untuk memperoleh *reward* atau *punishment* apabila mengalami keberhasilan atau kegagalan, (8) latihan dan mengingat (*rehearsing and memorizing*) mahasiswa berinisiatif mengingat materi dengan cara latihan secara *overt* maupun *covert*, (9) pencarian bantuan sosial-teman sebaya (*seeking social assistance-peers*) pernyataan yang mengindikasikan individu mencoba mendapatkan bantuan dari teman sebaya, (10) pencarian bantuan sosial-guru (*seeking social assistance-teachers*) pernyataan yang mengindikasikan siswa mencoba mendapatkan bantuan dari guru, (11) Pencarian bantuan sosial-orang dewasa (*seeking social assistance-adult*) adalah pernyataan yang mengindikasikan siswa mencoba mendapatkan bantuan dari orang dewasa. Pemeriksaan ulang catatan (*reviewing records-notes*) adalah pernyataan yang mengindikasikan siswa memiliki inisiatif membaca kembali catatan, (12) Pemeriksaan ulang soal-soal ujian (*reviewing records-tests*) adalah pernyataan yang mengindikasikan siswa mempunyai inisiatif membaca kembali soal-soal ujian, (13) Pemeriksaan ulang buku teks (*reviewing records-textbooks*) adalah pernyataan yang mengindikasikan siswa memiliki inisiatif membaca kembali buku teks untuk mempersiapkan kelas atau ujian berikutnya, (14) Perilaku belajar dorongan pihak lain yang digambarkan dalam pernyataan yang menunjukkan perilaku belajar yang diajukan oleh orang lain seperti guru atau orang tua, dan semua respon verbal yang tidak jelas.

IMPLIKASI SELF-REGULATED LEARNING DALAM PROSES PEMBELAJARAN

Berdasarkan kajian teori, *self-regulated learning* berkaitan dengan cara mahasiswa menggerakkan, mengubah, dan mempertahankan kegiatan belajar baik secara dirinya maupun lingkungan sosialnya, dalam konteks pembelajaran informal dan formal (Zimmerman & Schunk, 1989). Mahasiswa yang

memiliki kemampuan *self-regulated learning* L akan menunjukkan karakteristik sebagai berikut: memiliki tujuan, bersifat strategis, dan persisten dalam belajar (Purdie et al., 1996).

Kemampuan *self-regulated learning* menempatkan mahasiswa untuk bertanggung jawab terhadap proses belajarnya sehingga menjadi lebih menyadari tentang alasan konseptual dan hubungan atau penjelasan pertanyaan yang terjadi selama proses belajar. Mahasiswa mengkonstruksi sendiri konsep belajar dan solusi terhadap permasalahan yang mereka hadapi sendiri. Oleh karena itu, mahasiswa tidak hanya bergantung pada dosen, melainkan secara mandiri mengatur motivasi dan strategi belajar sepanjang hidupnya.

Berkenaan dengan strategi kognitif pembelajar khususnya *self-regulated learning* berbagai kalangan ilmuwan telah banyak melakukan penelitian. Hasil penelitian lebih banyak terkait dengan variabel-variabel lain yang memberikan dampak baru terhadap proses pembelajaran seperti halnya temuan Pintrich & De Groot (1990: 33-40) menyatakan bahwa hasil kinerja atau prestasi sebuah kelas pembelajaran lebih banyak ditentukan oleh motivasi dan kemampuan pengaturan diri dalam belajar. Temuan yang sangat penting terkait penyelesaian tugas menulis diungkapkan oleh Hammann (2005: 15-26) yakni kontribusi pengaturan diri dalam belajar menjadi peran penting dalam menumbuhkan keyakinan epistemologi untuk mencari dan memotivasi diri akan kemampuan dalam menyelesaikan tugas menulis akademik, tumbuhnya sebuah keyakinan juga memberikan dampak terhadap sikap menulis.

SIMPULAN

Berdasarkan uraian-uraian yang telah dijelaskan, maka penulis dapat mengambil suatu kesimpulan, bahwa proses pembelajaran di Perguruan Tinggi mengharuskan mahasiswa untuk belajar lebih mandiri, disiplin dalam mengatur waktu, dan melaksanakan kegiatan belajar yang lebih terarah dan intensif sehingga memungkinkan mahasiswa tampil produktif, kreatif, dan inovatif.

Pengembangan kemampuan *self-regulated learning* harus dimulai dengan melatihkan menganalisis tugas yang akan dikerjakan pada mahasiswa. Hal ini disebabkan kemampuan *self-regulated learning* merupakan kemampuan personal yang kan berjalan jika tujuan yang dicapai oleh individu tersebut jelas. Maka dari itu, kejelasan tujuan yang dapat dicapai dengan mengalasis tugas merupakan langkah awal dalam pengembangan kemampuan *self-regulated learning* mahasiswa.

Begitu juga dalam hal belajar di perguruan tinggi, mahasiswa yang sudah tahu pasti tujuan dari kegiatan belajarnya akan mengarahkan segala pemikiran, perasaan, penerapan starategi, dan tingkah lakunya untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan dan mempertahankan prestasi akademiknya.). Maka, betapa efektifnya belajar jika mahasiswa memiliki keterampilan *self-regulated learning* Oleh sebab itu, sebaiknya sejak pendidikan dasar hingga perguruan tinggi mahasiswa perlu diajarkan bagaimana menerapkan *self-regulated learning* dalam belajar. Pikiran, perasaan, strategi, dan tingkah laku yang sudah terarah pada tujuan pembelajaran merupakan suatu modal yang paling penting dalam terlaksananya proses belajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Alexander. (2006). *Psychology in Learning and Instruction*. Upper Saddle River. N.J: Merrill/ Prentice Hall.
- Baumert et al., (2002). *Self Regulated Learning as Cross Cultural Concept*. Diakses dari <http://www.mpib-berlin.mpg.de/pisa/pdfs/ccengl.pdf>. *Braten, I., & Stromso, I
- Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action: a Social Cognitive Theory*. Englewood Cliffs. New Jersey:Prentice-Hall Inc.
- Bandura, A. (1997). *Self Efficacy: The Exerciseof Control*. New York: Freeman
- Corno, I & randi, j.1999. A Design Theory For Classroom Instruction in Self-Regulated Learning, *Instructional Design Theories and Models* Volume II (hlm. 293-319).New Jersey:Lawrence Erlbaum Associates Publisher.

- Hammann, Lynne. (2005). Self-Regulation in Academic Writing Tasks. *International Journal of Teaching and Learning in Higher Education*, 17(1), 15-26
- McLoughlin, C. & Lee, M. J. W. (2010). Personalised and self regulated learning in the Web 2.0 era: International exemplars of innovative pedagogy using social software. *Australasian Journal of Educational Technology*, 26(1), 28-43.
- Pintrich, Paul R. & De Groot, Elisabeth V. (1990). Motivational and Self-Regulated Learning Components of Classroom Academic Performance. *Journal of Educational Psychology*, 82 (1), 33-40
- Pintrich. (1995). Promotion Of Self Regulated Learning. <http://dwb.unl.edu/Book/CH09/Chapter09>
- Wolters, C.A., Pintrich, P.R., dan Karabenick, S.A. 2003. *Assesing Academic Self-Regulated Learning*. Conference on Indicators of Positive Development: Child Trends.
- Woolfolk. 2008. *Educational Psychology. Active Learning Edition (Tenth Edition)*. Boston: Allyn & Bacon.
- Zimmerman, B.J., & Martinez-Pons, M.2001. Students Differences in Self Regulated Learning: Relating Grade, Sex,And Giftedness to Self Efficacy and Strategy Use. *Journal of Educational Psychology*, 82 (1), 51-59.
- Zimmerman, B.J.(1990).Self-Regulated Learning and Academic Achievement: An Overview. *Educational Psychologist*,25(1),3-17
- Zimmerman, B. J & Schunk, D. H (1989) (Eds). *Self Regulation Learning and academic achievement: Theory, researah, and practice*. New York : Springer-Verlag.
- Zimmerman, B. 1989. A Social Cognitive View of Self Regulated Academic Learning. *Journal of Educational Psychology*, 3, 329-339
- Zimmerman, B.J. (2002). Becoming a self regulated learner: An overview. *Theory into Practice*, 41, 64-70.

Jurnal
Etam Edu

Volume 4 No. 3, November 2013



DINAS PENDIDIKAN
PROVINSI KALIMANTAN TIMUR

ISSN 2086-0684

