

PROGRAM PENINGKATAN KEMAMPUAN BELAJAR MANDIRI BERBASIS PEMBELAJARAN KONTEKSTUAL BAGI MAHASISWA UNISBA**¹Dewi Rosiana, ² Yuhka Sundaya, dan ³ Nia Kamelia Sari**¹Fakultas Psikologi, UNISBA, Jl. Tamansari No. 1 Bandung 40116²Fakultas Ekonomi, UNISBA, Jl. Tamansari No. 1 Bandung 40116³Fakultas Syariah, UNISBA, Jl. Hariangbanga Bandung 40116e-mail: ¹dewirosiana@yahoo.com²yuhkas@yahoo.com³kameliania@gmail.com

Abstrak. Penelitian ini adalah mengenai kemampuan belajar mandiri (*self regulated learning/SRL*) yang didasarkan pada teori Schunk dan Zimmerman (1998). Tujuan penelitian adalah untuk melihat efek treatment pada kelompok eksperimen dengan mengukur skor *self regulated learning* (SRL) dan nilai sesudah pemberian treatment pada kelompok perlakuan dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak mendapat perlakuan. *Treatment* yang dimaksud adalah berupa program intervensi yang dapat meningkatkan *self regulated learning* mahasiswa fakultas Universitas Islam Bandung, yang meliputi aspek : 1) Kemampuan perencanaan dan manajemen waktu, 2) Kemampuan memahami bacaan dan merangkum, 3) Kemampuan mencatat di kelas, 4) Kemampuan mengantisipasi dan mempersiapkan tes, 5) Kemampuan menulis (makalah ilmiah). Subjek penelitian sejumlah 112 mahasiswa yang terbagi kedalam 3 kelas paralel mata kuliah Psikologi Pendidikan II TA.2012/2013. Alat ukur yang digunakan adalah observasi, wawancara dan angket *Self-Regulation Learning* yang diberikan pada mahasiswa. Hasil perhitungan data menunjukkan bahwa terdapat perbedaan prestasi belajar dan kemampuan *self-regulated learning* antara mahasiswa kelompok eksperimen dan mahasiswa kelompok kontrol, dimana skor prestasi belajar serta skor SRL mahasiswa yang mendapat treatment lebih baik dibandingkan mahasiswa pada kelompok kontrol. Treatment yang diberikan dapat diartikan berkontribusi dalam meningkatkan prestasi belajar dan kemampuan *self regulated learning* (SRL). Selanjutnya diketahui aspek yang menyebabkan terjadinya perbedaan prestasi belajar dan kemampuan *self-regulated learning* antara mahasiswa kelompok eksperimen dan mahasiswa kelompok kontrol, terdapat empat buah aspek yang memberikan kontribusi pada terjadinya perbedaan tersebut, yaitu *goal setting*, *self efficacy*, *self evaluation*, dan *adaptativity*.

Kata kunci: *self regulated learning*, pembelajaran berbasis kontekstual

1. Pendahuluan

Perguruan tinggi memiliki karakteristik yang berbeda dengan sekolah menengah atas. Perguruan tinggi melibatkan struktur yang lebih besar dan impersonal, serta lebih berfokus pada prestasi dan cara pencapaiannya (Santrock, 2004). Berbeda dengan guru di SMA, dosen memiliki waktu yang terbatas dalam mengajarkan materi yang ada dalam *textbook*, dan tidak hanya memberikan ujian berdasarkan *textbook* saja. Sehingga *textbook* hanya merupakan pedoman dasar dalam mempelajari materi, sementara mahasiswa diharapkan untuk berusaha lebih keras mempelajari materi dibandingkan saat di SMA, untuk menyerap materi pelajaran yang mereka berikan. Sementara saat SMA guru mengisi siswanya dengan pengetahuan dan informasi. Tugas mereka secara sederhana hanya sekedar memberikannya pada siswa.

Dosen perlu memberikan pengetahuan dan informasi, juga merasa perlu untuk menyampaikan penelitian yang telah mereka lakukan dengan tujuan membuat mahasiswa tertarik pada sebuah materi sehingga timbul keinginan untuk bersedia belajar lebih banyak lagi (Gardner & Jewler, 1985). Selama ini (sejak SD, SMP, SMA) siswa 'menikmati' tuntunan dari guru yang memberi perhatian serta toleransi lebih pada siswanya. Sementara hal ini tidak dirasakan di perguruan tinggi. Mahasiswa baru mengalami berbagai kesulitan meghadapi tuntutan perguruan tinggi. Sebagian dari mereka mengalami penurunan prestasi, ketidakmampuan mengatur waktu, kesulitan menulis skripsi sampai dengan tidak mampu lulus tepat waktu. Perlu adanya program yang membantu para mahasiswa dalam membangun kemampuan belajar mandiri, yang langsung diterapkan dalam konsteks belajar dalam kelas.

Sebagian mahasiswa kurang mampu beradaptasi dengan karakteristik perguruan tinggi. Hal ini berakibat pada perolehan prestasi akademik, menghambat proses penyelesaian skripsi dan terlambatnya waktu kelulusan. Selayaknya seorang mahasiswa diharapkan memiliki kemampuan atau strategi tertentu untuk dapat menghadapi permasalahan baru yang di temukan dalam proses belajar mengajar di perguruan tinggi, sehingga mahasiswa dapat menjalankan peran yang di harapkan serta mencapai prestasi belajar yang baik. Beberapa perangkat kemampuan atau keterampilan yang mencakup hal-hal tersebut antara lain : *Goal Setting, Strategic Planning, Self-Efficacy Beliefs, Intrinsic interest, Goal orientation, Performance/Volitional Control, Attention focusing, Self instruction/imagery, Self monitoring, Self Reflection, Self evaluation, Attributions* atau *Self reactions*. Faktor-faktor ini merupakan komponen Kemampuan belajar mandiri (*self regulated learning*) yaituproses yang mengarahkan individu dengan cara mengubah kemampuan mental mereka menjadi keahlian akademis.

Dalam makalah ini akan membahas tentang pemberian *treatment* kepada mahasiswa mengenai kemampuan belajar mandiri (*self regulated learning*) sesuai yang dibutuhkan oleh mahasiswa dalam konteks belajar di kelas. Subjek intervensi adalah mahasiswa Universitas Islam Bandung sebanyak 3 kelas paralel (total 112 orang) dengan mata kuliah yang sama. Tujuan dari percobaan ini adalah untuk melihat efek *treatment* pada kelompok perlakuan dengan mengukur skor SRL dan nilai sesudah pemberian *treatment* pada 1 kelompok eksperimen dibandingkan dengan 2 kelompok kontrol.

1.1 Pelaksanaan *treatment* dan pengukuran efek *treatment*

Treatment dilaksanakan melekat pada mata kuliah Psikologi Pendidikan 2, dan dilaksanakan selama 3 bulan atau 10 kali pertemuan. *Treatment* mencakup sesi-sesi yaitu : 1) Kemampuan perencanaan dan manajemen waktu, 2) Kemampuan memahami bacaan dan merangkum, 3) Kemampuan mencatat di kelas, 4) Kemampuan mengantisipasi dan mempersiapkan tes, 5) Kemampuan menulis (makalah ilmiah). Pengukuran dilakukan melalui kuesioner SRL dan nilai prestasi subjek (UTS dan UAS). Analisis statistika yang digunakan adalah MANOVA (*Multivariate Analysis of Variance*).

2. Landasan Teori Kemampuan Belajar Mandiri

2.1 Pengertian Kemampuan belajar mandiri

Kemampuan belajar mandiri dapat diartikan sebagai partisipasi aktif individu secara metakognitif, motivasional serta tingkah laku dalam proses belajarnya. Schunk dan Zimmerman (1998) berpendapat bahwa *self-regulation* akademis bukan merupakan suatu kemampuan mental ataupun keahlian akademis. Zimmerman dan Risemberg (dalam Chen, 2002) menyatakan bahwa SRL adalah tindakan inisiatif individu yang melibatkan penetapan tujuan dan regulasi usaha untuk meraih suatu tujuan, pengawasan diri, manajemen waktu serta regulasi lingkungan fisik dan sosial.

2.2 Fase-Fase dalam Siklus *Self-Regulated Learning*

Schunk dan Zimmerman (1998) mengatakan bahwa teori *self-regulation* memandang belajar sebagai *open-ended process* yang membutuhkan aktivitas berkesinambungan dalam proses belajar dan terdiri dari tiga fase, yaitu :

1) Fase *Forethought*

Fase ini mengarah pada proses dan keyakinan yang mempengaruhi dan mendahului usaha untuk belajar dan menentukan tahap pembelajaran. Ada lima proses dalam fase ini, yaitu : 1) *Goal Setting*, (Bandura, 1991 dalam Schunk & Zimmerman, 1998). 2) *Strategic Planning*, 3) *Self-Efficacy Beliefs*, 4) *Goal Orientation*, 5) *Intrinsic Interest*.

2) Fase *Performance* atau *Volitional Control*

Fase ini melibatkan proses yang terjadi selama usaha pembelajaran serta mempengaruhi konsentrasi dan kinerja. Fase ini mencakup tiga proses, yaitu : 1) *Attention Focusing*, 2) *Self-Instruction/Imagery* 3) *Self-Monitoring*.

3) Fase *Self-Reflection*

Fase ini melibatkan proses yang terjadi setelah usaha pembelajaran dan mempengaruhi reaksi individu terhadap pengalaman tersebut. Fase ini mempengaruhi fase *forethought* dan akhirnya melengkapi siklus SRL. Ada empat proses dalam fase ini, yaitu : 1) *Self-Evaluation*, 2) *Attributions*, 3) *Self-Reactions* 4) *Adaptivity*. (Schunk & Zimmerman, 1998)

2.3 *Self Regulated Learning* dan Prestasi Akademis

Teori *Self regulated learning* mengenai pencapaian prestasi akademis memisahkan pembahasan mengenai proses belajar dan instruksi belajar, berdasarkan pada: a) bagaimana mahasiswa menyeleksi, mengorganisasi atau menciptakan lingkungan belajar yang menguntungkan bagi dirinya, dan b) bagaimana mereka merencanakan dan mengontrol bentuk dan jumlah instruksi bagi diri mereka sendiri. Semua mahasiswa memiliki reaksi yang berbeda-beda pada instruksi belajar. Mahasiswa yang menunjukkan inisiatif, motivasi intrinsik, dan tanggungjawab personal, mendapatkan kesuksesan dalam prestasi (Zimmerman dan Martinez-Ponz, 1988, dalam Zimmerman, 1990). Para mahasiswa yang memiliki kemampuan belajar mandiri yang baik ini dibedakan berdasarkan kemampuan sistematis dalam hal metakognitif, motivasional, dan strategi perilaku, mereka pun bersikap responsif pada masukan yang diberikan berkaitan dengan efektifitas belajar. Mereka pun memiliki persepsi diri mengenai penyelesaian tugas akademis (Zimmerman, 1990).

2.4 Hasil Perhitungan untuk aspek-aspek *Self-Regulated Learning*

Dalam penelitian ini akan diuji apakah terdapat perbedaan prestasi belajar dan kemampuan *self-regulated learning* antara mahasiswa yang mendapat perlakuan dan mahasiswa yang tidak mendapat perlakuan. Dalam hal ini dilihat sebanyak 12 aspek (variabel), sehingga pengujian dilakukan secara multivariat dengan menggunakan statistik uji Wilks lambda sebagaimana yang tersaji dalam Tabel 1.

Tabel 1.
Tabel Analisis Uji Kesamaan Dua Kelompok

Statistic	Value	F Value	Num DF	Den DF	Pr > F
Wilks' Lambda	0.28287961	14.15	12	67	<.0001
Pillai's Trace	0.71712039	14.15	12	67	<.0001
Hotelling-Lawley Trace	2.53507270	14.15	12	67	<.0001
Roy's Greatest Root	2.53507270	14.15	12	67	<.0001

Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh nilai statistika Wilks lambda sebesar 0.2829 dengan p-value sebesar < 0.0001 dilihat pada Tabel 1 baris kedua). Hal ini menunjukkan hasil pengujian statistik yang signifikan atau hipotesis nol ditolak. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa terdapat perbedaan prestasi belajar dan kemampuan *self-regulated learning* antara mahasiswa yang mendapat perlakuan dan mahasiswa yang tidak mendapat perlakuan.

Selanjutnya perlu diketahui aspek atau variabel mana saja yang menyebabkan terjadinya perbedaan prestasi belajar dan kemampuan *self-regulated learning* antara mahasiswa yang mendapat perlakuan dan mahasiswa yang tidak mendapat perlakuan. Untuk keperluan tersebut dapat dilihat berdasarkan pada hasil uji perbandingan ganda (*multiple comparison test*) dengan menggunakan metode Beda Nyata Terkecil (*Least Significant Difference, LSD*) yang hasilnya disajikan pada Tabel 2. Dalam hal ini perlu diketahui bahwa kelompok A merupakan kelompok yang diberi perlakuan atau kelompok eksperimen, sedangkan kelompok B dan C masing merupakan kelompok yang tidak diberi perlakuan atau masing-masing merupakan kelompok kontrol.

Berdasarkan hasil pengujian tersebut, terlihat bahwa terdapat empat buah aspek yang memberikan kontribusi pada terjadinya perbedaan tersebut. Keempat aspek atau variabel itu adalah sebagai berikut: *goal setting*, *self efficacy*, *self evaluation*, dan *adaptation*. Hal ini terlihat dari nilai *p-value* untuk keempat aspek/variabel tersebut adalah kurang dari 5%, sehingga memberikan hasil pengujian yang signifikan atau hipotesis nol yang menyatakan bahwa tidak terdapat perbedaan prestasi belajar dan kemampuan *self-regulated learning* antara mahasiswa yang mendapat perlakuan dan mahasiswa yang tidak mendapat perlakuan adalah ditolak.

Sementara aspek lainnya berdasarkan hasil pengujian memberikan nilai *p-value* yang lebih besar dari 5%, yang berarti bahwa hasil pengujian adalah non-signifikan atau hipotesis nol ditolak. Hal ini berarti bahwa data tidak memberikan cukup bukti untuk menyatakan bahwa tidak terdapat perbedaan prestasi belajar dan kemampuan *self-regulated learning* antara mahasiswa yang mendapat perlakuan dan mahasiswa yang tidak mendapat perlakuan.

Tabel 2.
Hasil Uji Perbandingan Ganda (*Multiple Comparison Test*)

Aspek SRL	(I) KEL	(J) KEL	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
						Lower Bound	Upper Bound
Goal Setting	A	B	.3809	.1197	.000	.1419	.6199
		C	.7161	.1231	.000	.4916	.9805
Strategic Plan	A	B	.1399	.11239	.216	-.0829	.3627
		C	.1632	.12377	.190	-.0821	.4086
Self Efficacy	A	B	.4836	.12723	.000	.2314	.7358
		C	.4275	.14012	.001	.1797	.7352
Goal Orientation	A	B	.1231	.12123	.312	-.1171	.3634
		C	.0332	.13351	.804	-.2314	.2979
Intrinsic Interest	A	B	.0322	.11701	.783	-.1997	.2642
		C	.1359	.12886	.294	-.1195	.3913
Attention Focussing	A	B	.1831	.11403	.111	-.0429	.4091
		C	.2092	.12559	.099	-.0397	.4581
Self Instruction	A	B	-.0006	.09670	.995	-.1923	.1910
		C	.0508	.10650	.634	-.1603	.2619
Self Monitoring	A	B	.0309	.12264	.801	-.2121	.2740
		C	-.0850	.13506	.530	-.3528	.1827
Attribution	A	B	.1348	.12499	.283	-.1130	.3825
		C	.2151	.13766	.121	-.0578	.4879
Self Reaction	A	B	-.0851	.10601	.424	-.2952	.1250
		C	-.0645	.11675	.582	-.2959	.1669

2.5 Hasil Perhitungan Prestasi (nilai UTS dan UAS)

Dalam penelitian ini akan diuji apakah terdapat perbedaan prestasi belajar dan kemampuan self-regulated learning antara mahasiswa yang mendapat perlakuan dan mahasiswa yang tidak mendapat perlakuan. Dalam hal ini dilihat sebanyak dua buah kriteria penilaian, yaitu nilai UTS dan UAS, sehingga pengujian dilakukan secara multivariat dengan menggunakan statistik uji Wilks lambda sebagaimana yang tersaji dalam Tabel 3.

Tabel 3.
Tabel Analisis Uji Kesamaan Dua kelompok berdasarkan nilai UTS dan UAS

Statistic	Value	F Value	Num DF	Den DF	Pr > F
Wilks' Lambda	0.82025183	8.00	2	73	0.0007
Pillai's Trace	0.17974817	8.00	2	73	0.0007
Hotelling-Lawley Trace	0.21913778	8.00	2	73	0.0007
Roy's Greatest Root	0.21913778	8.00	2	73	0.0007

Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh nilai statistika Wilks lambda sebesar 0.8206 dengan *p-value* sebesar 0.0007 (dilihat pada Tabel 3 baris kedua). Hal ini menunjukkan hasil pengujian statistik yang signifikan atau hipotesis nol ditolak. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa terdapat perbedaan prestasi belajar dan kemampuan *self-regulated learning* antara mahasiswa yang mendapat perlakuan dan mahasiswa yang tidak mendapat perlakuan yang dilihat berdasarkan nilai UTS dan UAS.

Tabel 4.
Tabel Analisis Varians (Anava) untuk Pengujian Variabel UTS

Source	DF	Sum of Squares	Mean Square	F Value	Pr > F
Model	1	662.012261	662.012261	6.77	0.0112
Error	74	7237.681818	97.806511		
Corrected Total	75	7899.694079			

Tabel 5.
Tabel Analisis Varians (Anava) untuk Pengujian Variabel UAS

Source	DF	Sum of Squares	Mean Square	F Value	Pr > F
Model	1	1919.04043	1919.04043	16.12	0.0001
Error	74	8807.06483	119.01439		
Corrected Total	75	10726.10526			

Selanjutnya perlu diketahui aspek atau variabel mana saja yang menyebabkan terjadinya perbedaan prestasi belajar dan kemampuan *self-regulated learning* antara mahasiswa yang mendapat perlakuan dan mahasiswa yang tidak mendapat perlakuan. Untuk keperluan tersebut dapat dilihat pada hasil pengujian analisis varians univariat untuk masing-masing aspek (variabel) yang diamati dalam penelitian, yaitu nilai-nilai yang diperoleh mahasiswa pada saat UTS dan UAS. Hasilnya disajikan pada Tabel 3, Tabel 4, dan Tabel 5. Berdasarkan hasil pengujian tersebut, terlihat bahwa kedua nilai tersebut, baik UTS maupun UAS, memberikan kontribusi pada terjadinya perbedaan tersebut. Hal ini terlihat dari nilai p-value untuk kedua nilai tersebut adalah kurang dari 5%, sehingga memberikan hasil pengujian yang signifikan atau hipotesis nol yang menyatakan bahwa tidak terdapat perbedaan prestasi belajar dan kemampuan *self-regulated learning* antara mahasiswa yang mendapat perlakuan dan mahasiswa yang tidak mendapat perlakuan adalah ditolak.

3. Pembahasan

Hasil perhitungan data menunjukkan bahwa terdapat perbedaan prestasi belajar dan kemampuan *self-regulated learning* antara mahasiswa yang mendapat perlakuan dan mahasiswa yang tidak mendapat perlakuan (tabel 1), dimana skor prestasi belajar serta skor SRL mahasiswa yang mendapat *treatment* lebih baik dibandingkan mahasiswa pada kelompok kontrol. Selanjutnya diketahui aspek yang menyebabkan terjadinya perbedaan prestasi belajar dan kemampuan *self-regulated learning* antara mahasiswa yang mendapat perlakuan dan mahasiswa yang tidak mendapat perlakuan, terdapat empat buah aspek yang memberikan kontribusi pada terjadinya perbedaan tersebut. Keempat aspek atau variabel itu adalah sebagai berikut: *goal setting*, *self efficacy*, *self evaluation*, dan *adaptativity* (tabel 2).

Pada aspek *goal setting*, yaitu kemampuan penentuan hasil belajar yang spesifik. Perbedaan skor yang terjadi, dimana kelompok eksperimen memiliki skor yang lebih besar dari kelompok kontrol, dapat diartikan bahwa para mahasiswa dalam kelompok eksperimen memiliki kualitas tujuan yang lebih spesifik dan bertingkat atau berhirarki, dibandingkan kualitas penentuan tujuan pada kelompok kontrol. Dalam kedua sesi ini

mahasiswa diberikan pemahaman tentang konsep ideal perencanaan belajar, teknis cara perencanaan belajar, membuat target yang spesifik, serta jadwal belajar yang spesifik hingga pada penentuan rencana waktu pelaksanaan mempelajari sub-sub materi pelajaran.

Pada aspek *self efficacy belief*, yaitu keyakinan mahasiswa mengenai kemampuan dirinya untuk belajar atau menampilkan suatu kinerja pada tingkat yang telah ditentukan. Perbedaan skor yang terjadi, dimana kelompok eksperimen memiliki skor yang lebih besar dari kelompok kontrol, dapat diartikan bahwa para mahasiswa dalam kelompok eksperimen lebih baik dalam keyakinan dirinya saat menetapkan tujuan, memiliki strategi belajar yang lebih efektif, melakukan *self-monitor* secara akurat dan bereaksi dalam sikap yang positif. Sesi ini dilakukan dengan metode konseling kelompok. Pada sesi ini setiap mahasiswa melihat gambaran SRL-nya dan mendiskusikan kekurangan serta kelebihan yang dimiliki dengan teman kelompok dan fasilitator. Di akhir sesi, fasilitator memberikan saran dan motivasi untuk perbaikan kemampuan SRL masing-masing mahasiswa.

Pada aspek *self evaluation*, yaitu kemampuan mahasiswa melibatkan perbandingan informasi *self-monitor* dan sekumpulan tujuan. Perbedaan skor yang terjadi, dimana kelompok eksperimen memiliki skor yang lebih besar dari kelompok kontrol, dapat diartikan bahwa para mahasiswa dalam kelompok eksperimen lebih baik dalam mencari kesempatan untuk mengevaluasi proses belajar dan memilih membandingkan hasil pembelajaran dengan pembelajaran sebelumnya. *Treatment* yang mungkin mempengaruhi kemampuan mahasiswa melibatkan perbandingan informasi *self-monitor* dan sekumpulan tujuan, adalah sesi perencanaan dan manajemen waktu dan sesi mengantisipasi dan mempersiapkan tes, khususnya pada pelaksanaan sesi yang dilaksanakan sebelum menghadapi UAS, pada sesi ini mahasiswa mendapat informasi mengenai nilai UTS serta penjelasan tentang kontribusi nilai UTS dan UAS pada nilai akhir.

Pada aspek *adaptativity*, yaitu usaha sistematis untuk melakukan penyesuaian diri terhadap kinerja berdasarkan fase-fase yang telah dilalui sebelumnya untuk mendapatkan hasil belajar yang lebih baik. Perbedaan skor yang terjadi, dimana kelompok eksperimen memiliki skor yang lebih besar dari kelompok kontrol, kelompok eksperimen lebih baik dalam artian lebih adaptif karena mengevaluasi kinerja belajar dengan lebih tepat serta dapat mengadaptasi kinerja secara sistematis berdasarkan tujuan berhirarki yang telah ditetapkan, *self-monitoring*, dan *self-evaluation* yang tepat.

Hal ini dipengaruhi oleh bahwa mahasiswa memiliki metode adaptasi yang lebih sistematis dan memiliki informasi dalam menginterpretasikan hasil belajar, yang difasilitasi oleh sesi 1) memahami bacaan dan merangkum, 2) Kemampuan mencatat di kelas, 3) Kemampuan mengantisipasi dan mempersiapkan tes, dan 4) Kemampuan menulis (makalah ilmiah). Dalam penelitian ini terdapat delapan aspek yang tidak memberikan kontribusi pada peningkatan *self regulated learning* mahasiswa kelompok eksperimen. Artinya bahwa delapan aspek ini tidak mengalami peningkatan setelah dilakukan *treatment*. Aspek-aspek tersebut adalah *Strategic Planning, Goal Orientation, Intrinsic Interest, Attention Focussing, Self Instruction, Self Monitoring, Attribution, Self Reaction*.

Pelaksanaan *treatment* disarankan dibagi berdasarkan tahapan proses *self regulated learning*, yaitu *forthought*, *Performance* dan *self-reflection*. Peningkatan aspek *Strategic Planning*, *Goal Orientation*, *Intrinsic Interest*, diberikan pada tahap pertama (*forthought*). Peningkatan aspek *Attention Focussing*, *Self Instruction*, *Self Monitoring*, diberikan pada tahap kedua (*performance*). Peningkatan aspek *Atribution*, dan *Self Reaction*, diberikan pada tahap ketiga (*self reflection*).

4. Penutup

Hasil perhitungan data menunjukkan bahwa terdapat perbedaan prestasi belajar dan kemampuan *self-regulated learning* antara mahasiswa kelompok eksperimen dan mahasiswa kelompok kontrol, dimana skor prestasi belajar serta skor SRL mahasiswa yang mendapat *treatment* lebih baik dibandingkan mahasiswa pada kelompok kontrol. *Treatment* yang diberikan dapat diartikan berkontribusi dalam meningkatkan prestasi belajar dan kemampuan *self regulated learning* (SRL). Selanjutnya diketahui aspek yang menyebabkan terjadinya perbedaan prestasi belajar dan kemampuan *self-regulated learning* antara mahasiswa kelompok eksperimen dan mahasiswa kelompok kontrol, terdapat empat buah aspek yang memberikan kontribusi pada terjadinya perbedaan tersebut, yaitu *goal setting*, *self efficacy*, *self evaluation*, dan *adaptativity*. Terdapat delapan aspek yang tidak mengalami peningkatan setelah dilakukan *treatment*. Aspek-aspek tersebut adalah *Strategic Planning*, *Goal Orientation*, *Intrinsic Interest*, *Attention Focussing*, *Self Instruction*, *Self Monitoring*, *Atribution*, *Self Reaction*.

Penelitian ini memiliki beberapa kekurangan yang perlu diperbaiki. Saran berikut diberikan ditujukan sebagai masukan bagi penelitian selanjutnya. Pertama, dalam hal teknis pelaksanaan, peneliti perlu melakukan upaya yang dapat mengantisipasi permasalahan teknis pengambilan data dalam hal mengkoordinasi subjek penelitian terutama pada kelompok kontrol. Kedua, penelitian selanjutnya dapat diarahkan untuk meningkatkan aspek-aspek *Strategic Planning*, *Goal Orientation*, *Intrinsic Interest*, *Attention Focussing*, *Self Instruction*, *Self Monitoring*, *Atribution*, *Self Reaction*. Peningkatan aspek-aspek ini dapat dilakukan melalui perbaikan teknis pelaksanaan *treatment* dalam hal konten dan waktu pelaksanaan.

Daftar Pustaka

- Chen, C.S. (2002). Self Regulated Learning Strategies ang Achievement in An Introduction to Information System course. *Journal of information Technology, learning and Performance*, 20, (1).
- Jewler, Gardner. (1985). *Collage Is Only the Beginning*, as student Guide To Higher Education. California : Wadswort Publishing Company.
- Santrock, J.W (2004). *Educational Psychology*. McGraw-Hill Companies.
- Schunk, D.H., Zimmerman, B.J. (Eds). (1998). *Self-regulated learning : from teaching to self reflective practice*. New York: Guilford Press.
- Zimmerman, B.J. (1990). *Self-regulated learning and Academic Achievement : An Overview*. *Educational Psychologist*, 25(1), 3-17. Lawrence Erlbaum Associates, Inc.