

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Mahalnya biaya pendidikan membuat fenomena berkembangnya mahasiswa yang kuliah sambil bekerja (Handianto & Johan, 2006). Fenomena peran ganda mahasiswa, yaitu kuliah dan bekerja sudah banyak ditemukan (Robert, 2012). Menurut data dari *National Center for Education Statistics (NCES)* mengatakan pada tahun 2007 sebanyak 40% mahasiswa bekerja lebih dari 20 jam perminggu Planty (dalam Dadgar, 2012). Hal tersebut membuat mahasiswa menghabiskan sebagian energi, waktu serta tenaga, atau pikirannya untuk bekerja (Mardelina & Muhson, 2017). Mahasiswa yang kuliah sambil bekerja dilatarbelakangi, mulai dari ingin mengisi waktu luang dan juga masalah ekonomi (Yenni, 2007). Motivasi para mahasiswa ini pun bermacam-macam, dari mulai membantu orang tua dalam membiayai kuliah, ada yang ingin mencari pengalaman dan ada juga yang ingin hidup mandiri (Wahyono,2008).

Ningsih (2005) menyampaikan bahwa hambatan kuliah sambil bekerja yakni antara lain sulit untuk membagi waktu antara kuliah, bekerja, istirahat serta urusan-urusan lainnya. Furr & Elling (2000) juga mengatakan bahwa mahasiswa yang bekerja dihadapkan pada situasi di mana mereka harus menyeimbangkan kegiatan akademik, kegiatan ekstrakurikuler, maupun aktivitas bekerja untuk mempertahankan gaya hidup

mereka sebagai mahasiswa. Penelitian Daulay, S.F & Fasti (2011) yang dilakukan pada mahasiswa Universitas Sumatera Utara menunjukkan bahwa *self-regulated learning* mahasiswa yang tidak bekerja lebih tinggi dari pada mahasiswa bekerja. Alasannya adalah mahasiswa yang bekerja kurang termotivasi untuk mencapai tujuan akademiknya. Mereka beranggapan bahwa mereka sudah bisa menghasilkan uang dan menganggap bahwa kuliahhanya sebagai kewajiban agar bisa lulus dan mendapat ijazah. Ginting (2003) juga menyatakan bahwa untuk mendapatkan prestasi akademis yang memuaskan diperlukan adanya kesiapan belajar di perguruan tinggi yang mencakup kesiapan mental dan keterampilan belajar .Berdasarkan hasil wawancara terhadap mahasiswa Fakultas Teknik UNP terkait penelitian yang dilakukan oleh Purwanto (2013), mahasiswa yang memutuskan untuk bekerja cenderung melupakan tugas utama mereka untuk menyelesaikan studi, hal ini disebabkan adanya penghargaan ekonomi yang diterima mahasiswa tersebut sehingga mereka lupa bahwa masa studi yang ditentukan universitas terbatas. Data observasi dalam penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa hasil belajar mahasiswa yang tidak bekerja lebih tinggi dibandingkan dengan hasil belajar mahasiswa yang bekerja. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang kuliah sambil bekerja memiliki banyak permasalahan sehingga mahasiswa yang kuliah sambil bekerja membutuhkan *self-regulation learning* . *Self-regulated learning* adalah proses dimana mahasiswa mengaktifkan dan mengontrol kognisi - kognisi, motivasi, dan perilaku - perilaku, yang secara sistematis diarahkan untuk mencapai tujuan (Wolters,

2003). Zimmerman (2004) mengartikan *self-regulated learning* sebagai kemampuan belajar untuk berpartisipasi aktif dalam pembelajaran dan secara metakognitif, motivasional dan perilaku. Zimmerman (1990) menyebutkan ada tiga aspek dalam *self-regulated learning*, yang terdiri dari aspek metakognisi, aspek motivasi intrinsik dan aspek perilaku belajar. Terdapat beberapa kemampuan peserta didik yang menerapkan *self-regulated learning*, yaitu : kemampuan untuk mengetahui tujuan belajar, kemampuan menyesuaikan materi belajar dengan bakat dan minatnya, kemampuan untuk menciptakan pendidikan yang menantang, merangsang, dan menyenangkan, dan kemampuan menghindari tekanan yang tidak pasti, seperti suasana menakutkan, mengecewakan, dan membingungkan (Zimmerman, 1989).

Mahasiswa yang memiliki motivasi untuk meraih prestasi belajar yang baik manakala mahasiswa memiliki strategi dalam mengatur diri dalam kegiatan belajar dengan baik seperti dapat mengetahui cara belajar yang efektif bagi dirinya dan juga memiliki kesadaran, kemauan, tanggung jawab dalam belajarnya (Aimah dan Ifadah, 2014). Sukadji (2001) juga menambahkan mahasiswa harus mampu menggunakan seluruh potensi yang dimilikinya serta dapat mengatur strategi belajar yang baik agar bisa memperoleh kesuksesan dalam pendidikan dan berhasil menerapkan ilmu yang diperoleh dalam pendidikan. Kemampuan meregulasi diri dalam belajar atau bisa disebut dengan *self - regulated learning* merupakan salah satu keterampilan belajar yang memegang peranan penting dalam keberhasilan pendidikan di perguruan tinggi (Spitzer, 2000). *Self-regulated learning* atau pengaturan diri dalam belajar sangat

penting bagi individu karena jika individu belajar dengan baik secara mandiri akan mempengaruhi tindakan atau kinerjanya dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik yang tentu saja akan mempengaruhi keberhasilan belajar yang akan diperoleh dan akan mempengaruhi kemampuan pada diri seseorang dalam mengelola emosi serta akan berdampak terhadap kebahagiaan psikologis pada individu tersebut (Saraswati , 2018). Sejalan dengan Zimmerman (1989) menjelaskan semua jenjang akademik membutuhkan *self-regulated learning* . Didukung oleh hasil penelitian Zimmerman (2008) menunjukkan bahwa sekelompok individu dengan *self-regulated learning* menunjukkan peningkatan hasil belajar yang signifikan di bidang keterampilan manajemen waktu dan reaksi diri, dibandingkan dengan kelompok individu yang tidak memiliki *self-regulated learning*. Individu-individu yang menerapkan *self-regulated learning* nampak memperoleh nilai akademik yang lebih positif dari pada yang tidak menerapkan *self-regulated learning* (Barnard-Brak,et.al. 2010) . Didukung oleh Woolfolk (2004) menyebutkan individu dengan *self-regulated learning* yang baik dapat menggabungkan kemampuan belajar akademik dengan pengendalian diri yang membuat belajar lebih mudah untuk mencapai tujuan.

Namun pada kenyataannya, banyak mahasiswa yang kehilangan strategi dalam belajarnya. Berdasarkan pendapat dari Zimmerman (1989) mengatakan bahwa ketika seseorang kehilangan strategi belajarnya hal tersebut menyebabkan proses belajar dan performa yang lebih buruk. Didukung oleh hasil penelitian Ishtifa (2011) terhadap 200 mahasiswa psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta subjek dengan tingkat *self-*

regulated learning yang rendah dengan persentase 47 % (94 subjek), subjek dengan tingkat *self-regulated learning* yang sedang dengan persentase 43.5 % (87 subjek), dan subjek dengan *self-regulated learning* yang tinggi 9.5% (19 subjek) dari total sampel diatas dapat disimpulkan bahwa banyak mahasiswa yang memiliki kemampuan *self-regulated learning* yang rendah yakni sebanyak 47% (94 subjek). Didukung oleh hasil penelitian Irma (2014) rata-rata *self-regulated learning* subjek berada dalam kategori rendah dan hasil kategorisasi skor yaitu sebanyak 41.70 % (10 subjek) dari total keseluruhan subjek berada dalam kategori rendah menunjukkan bahwa sebagian besar subjek dalam penelitian ini memiliki *self-regulated learning* yang rendah.

Berdasarkan wawancara peneliti pada 12 mahasiswa program kelas karyawan di Universitas Mercu Buana Yogyakarta pada bulan Oktober 2021 yang terdiri dari beberapa jurusan, ditemukan kesulitan-kesulitan atau permasalahan-permasalahan yang dihadapi oleh mahasiswa kelas karyawan di Universitas Mercu Buana Yogyakarta antara lain : *self-regulated learning* yang rendah dapat ditandai dengan motivasi untuk belajar yang naik turun, serta tidak memiliki strategi dalam belajar seperti tidak mengatur aktivitas belajar dan kurang memiliki kemampuan dalam pemahaman, pemantauan dan evaluasi dalam proses pembelajaran serta kualitas waktu untuk belajar juga rendah dikarenakan mahasiswa kelas karyawan yang kuliah sambil bekerja harus membagi waktu antara keluarga, di tempat kerja maupun kuliah dan juga kurang dalam mencari saran dari teman ataupun dosen ketika tidak memahami suatu

mata kuliah sehingga banyaknya tugas – tugas yang terbengkalai dan mempengaruhi prestasi akademik, prestasi akademik menjadi menurun.

Menurut Stone, dkk (dalam Cobb, 2003), ada tiga faktor utama yang dapat mempengaruhi *self-regulated learning* , yakni keyakinan diri (*self-efficacy*), motivasi dan tujuan. Menurut Bandura (1986), *self-efficacy* adalah penilaian seseorang terhadap kemampuannya untuk mengatur tindakan yang diperlukan untuk menyelesaikan tugas yang ada. Seseorang yang tidak memiliki efikasi diri yang tinggi sama saja dengan menghadapi kegagalan karena yang ada dalam pikiran seseorang tersebut hanyalah tentang perasaan gagal. Perasaan gagal inilah yang akan memunculkan kecemasan (Zimmerman,1989). Jika kecemasan dalam ranah akademik disebut dengan kecemasan akademik. Mahasiswa yang cemas memiliki kesulitan khusus dalam menerima dan memproses informasi sehingga kehilangan proses pengaturan, dimana melibatkan memori jangka pendek dan menengah Tobias (dalam Matthews dkk, 2000). Hasil tersebut sesuai dengan penelitian laboratorium dan terapan yang menunjukkan bahwa kecemasan mengurangi keaktifan dalam pengaturan kembali informasi dalam memori menurut Naveh dkk (dalam Matthews dkk, 2000). Berdasarkan paragraf diatas menunjukkan mahasiswa yang mengalami kecemasan akademik akan mengalami penurunan perhatian selama proses pembelajaran hal tersebut dapat mempengaruhi *self-regulated learning* pada mahasiswa .

Menurut Valiante dan Pajares (2000) menyatakan kecemasan akademik adalah perasaan tegang dan takut akan masa depan, serta menghambat pelaksanaan tugas dan

berbagai aktivitas dalam situasi akademik. Ada empat aspek kecemasan akademik menurut Holmes (1991) yakni yaitu aspek psikologis, *kognitif, somatik dan motoric*. Jika intensitasnya tidak begitu kuat kecemasan bisa memiliki nilai positif. Kecemasan ringan dapat memotivasi, kecemasan yang sangat intens bersifat negatif, karena dapat menyebabkan gangguan secara psikis maupun fisik (Sukmadinata, 2003). Kecemasan akademik secara negative dapat mempengaruhi *self-regulated learning* (Zimmerman, 1989). Penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi (2009) menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan akademik dengan *self-regulated learning*. Hasil penelitian Sembiring (2021) mengungkapkan bahwa ada hubungan negatif dan signifikan antara kecemasan akademis dengan *self regulated learning*. Berdasarkan permasalahan yang dihadapi oleh mahasiswa khususnya kelas karyawan penelitian ini penting dilakukan karena menurut data penelitian diatas yaitu *self-regulated learning* yang dialami mahasiswa tergolong rendah. Rendahnya tingkat *self-regulated learning* pada mahasiswa dipengaruhi oleh kecemasan akademik sehingga hasil belajar dan prestasi akademik yang kurang maksimal sehingga perlu adanya informasi terkait dan tindak lanjut apakah ada hubungan antara kecemasan akademik dengan *self-regulated learning* pada mahasiswa kelas karyawan di Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara kecemasan akademik dengan *self-regulated learning* pada mahasiswa kelas karyawan di Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

C. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memiliki manfaat, baik manfaat teoritis maupun manfaat praktis. Berikut merupakan manfaat yang diharapkan dari hasil penelitian ini:

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi ilmu psikologi khususnya psikologi klinis dan sebagai bahan referensi yang dapat digunakan untuk penelitian selanjutnya.

2. Manfaat praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan - masukan kepada mahasiswa untuk dapat meregulasi diri dalam proses pembelajaran dengan mengurangi gejala kecemasan akademik.