

## *SELF REGULATED LEARNING* BAGI MAHASISWA REGULER DAN MAHASISWA BEKERJA DALAM PENCAPAIAN KEBERHASILAN AKADEMIK

**Firsty Oktaria Grahani<sup>1</sup>, Ardianti Agustin<sup>2</sup>, Alfu Fitrotul Lailiyah<sup>3</sup>, Natasha Valentina  
Rahardjo<sup>4</sup>**

<sup>1234</sup>Fakultas Psikologi Universitas Wijaya Putra  
Email: oktaria@uwp.ac.id

### **Abstract :**

Higher education is an important phase in a person's development, both for regular students who focus on full-time education and working students who have to maintain a balance between work and their studies. Self-regulated learning (SRL) has a very crucial role. SRL refers to an individual's ability to control and regulate their own learning process, including planning, monitoring and self-evaluation. In the context of regular students and working students, SRL has a significant role in influencing their success in achieving academic and career goals. The aim of this literature review is to examine the role of self-regulated learning in achieving academic success in regular and working students. The method used in data collection was a review of literature found in journal databases, namely Google Scholar, Research Gate and Science Direct on 577 articles published over the last ten years. The results of the study found four articles that examined the importance of the role of SRL for regular and working students in achieving academic success. The conclusion obtained is that SRL helps students to organize themselves, manage time, and adapt to changes in academic demands or so that it can help students achieve their academic and career goals

**Kata kunci :** *Self Regulated Learning, Regular Students, Working Students*

### **Abstrak :**

Pendidikan tinggi merupakan fase penting dalam perkembangan seseorang, baik bagi mahasiswa reguler yang memiliki fokus pada pendidikan penuh waktu maupun mahasiswa bekerja yang harus menjaga keseimbangan antara pekerjaan dengan studinya. *Self regulated learning* (SRL) memiliki peran yang sangat krusial. SRL merujuk pada kemampuan individu untuk mengendalikan dan mengatur proses pembelajaran mereka sendiri, termasuk perencanaan, pemantauan dan evaluasi diri. Pada konteks, mahasiswa reguler dan mahasiswa bekerja, SRL memiliki peran yang signifikan yang mempengaruhi keberhasilan mereka dalam mencapai tujuan akademik dan juga karir. Tujuan dari kajian literatur ini adalah untuk mengkaji peranan *self regulated learning* dalam pencapaian keberhasilan akademik pada mahasiswa yang reguler dan mahasiswa bekerja. Metode yang digunakan dalam pengumpulan data adalah tinjauan literatur yang ditemukan dalam database jurnal, yaitu *google scholar*, *research gate* dan *science direct* pada 577 artikel yang dipublikasikan selama sepuluh tahun terakhir. Hasil dari pengkajian ditemukan empat artikel yang mengkaji tentang pentingnya peranan SRL pada mahasiswa reguler dan bekerja dalam pencapaian keberhasilan akademik. Kesimpulan yang diperoleh bahwa SRL membantu mahasiswa untuk mengatur diri sendiri, mengelola waktu, dan beradaptasi dengan perubahan tuntutan akademik atau sehingga dapat membantu mahasiswa mencapai tujuan akademik dan karir mereka.

**Kata kunci :** *Self Regulated Learning, Mahasiswa Reguler, Mahasiswa Bekerja*

## Pendahuluan

Kebutuhan akan pendidikan menjadi sangat penting di masyarakat pada saat ini. Pengakuan dalam masyarakat dan kehidupan yang layak ditentukan oleh tingkat pendidikannya. Beberapa persyaratan yang terdapat dalam lowongan pekerjaan minimal sudah menempuh S1. Bahkan pada situasi tertentu, pendidikan dapat pula dijadikan satu kebanggaan bagi individu. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka orang akan semakin bangga. Dari hal-hal tersebut dapat dilihat bahwa pendidikan menjadi suatu kebutuhan bagi seseorang dan dapat menentukan kehidupan manusia (Istia'dah, 2018).

Bagi mereka yang memiliki kemampuan atau berkecukupan (terutama dalam hal ekonomi) tentu dapat melanjutkan pendidikannya dengan mudah. Namun bagi beberapa orang yang tidak memiliki cukup biaya, akhirnya memilih untuk kuliah sambil bekerja agar dapat melanjutkan pendidikan yang lebih tinggi (Rahma, 2014). Selain itu ada juga yang melanjutkan kuliah karena tuntutan pekerjaan yang harus sesuai dengan bidang yang diampunya menuntut seseorang untuk memperoleh gelar pada bidang studi yang digelutinya (Istia'dah, 2018)

Pendidikan tinggi merupakan fase penting dalam perkembangan seseorang, baik bagi mahasiswa reguler yang memiliki fokus pada pendidikan penuh waktu maupun mahasiswa bekerja yang harus menjaga keseimbangan antara pekerjaan dengan studinya. *Self regulated learning* (SRL) atau pembelajaran yang diatur sendiri memiliki peran yang sangat krusial. SRL merujuk pada kemampuan individu untuk mengendalikan dan mengatur proses pembelajaran mereka sendiri, termasuk perencanaan, pemantauan dan evaluasi diri. Pada konteks, mahasiswa reguler dan mahasiswa bekerja, SRL memiliki peran yang signifikan yang mempengaruhi keberhasilan mereka dalam mencapai tujuan akademik dan juga karir.

Mahasiswa reguler terlibat dalam pendidikan penuh waktu di institusi pendidikan tinggi, dalam hal ini SRL menjadi kunci untuk kesuksesan akademik mereka. Mahasiswa reguler yang mampu mengatur diri mereka sendiri dalam mengelola waktu, mengidentifikasi tujuan pembelajaran, dan mengadaptasi strategi belajar sesuai dengan kebutuhan mereka akan lebih mungkin mencapai pencapaian akademik yang lebih tinggi. Mereka mampu memantau kemajuan mereka secara teratur, mengidentifikasi area yang perlu ditingkatkan, dan mengubah pendekatan belajar mereka sesuai kebutuhan.

Sementara itu, mahasiswa bekerja menghadapi tantangan tambahan karena mereka harus menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan studi. Dalam konteks ini, SRL menjadi semakin penting dimana mahasiswa bekerja perlu memastikan bahwa mereka dapat mengalokasikan waktu dengan efisien antara pekerjaan dan studi mereka. Mereka harus memiliki kemampuan untuk mengatur prioritas, menghindari prokrastinasi, dan mengelola stres yang mungkin muncul dengan peran ganda atau peran lebih dari satu yang dijalani. SRL membantu mahasiswa bekerja untuk tetap fokus pada tujuan akademik mereka dan menjaga keseimbangan yang sehat antara pekerjaan dan pendidikan.

SRL juga memungkinkan mahasiswa bekerja untuk mengidentifikasi dan mengembangkan ketrampilan yang dapat meningkatkan kinerja mereka di tempat kerja. Mereka dapat belajar dengan menggunakan cara belajar yang mereka tentukan sendiri di luar jam kerja mereka, mencari peluang pengembangan diri, dan menerapkan pengetahuan yang mereka peroleh dalam konteks pekerjaan mereka. Hal ini dapat mengarah kepada pertumbuhan profesional yang berkelanjutan.

Dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa SRL (*Self Regulated Learning*) memiliki peran yang sangat penting dalam keberhasilan mahasiswa reguler dan mahasiswa bekerja di lingkungan pendidikan tinggi. Kemampuan untuk mengatur diri sendiri, mengelola waktu, dan beradaptasi dengan perubahan tuntutan akademik atau pekerjaan adalah ketrampilan penting yang dapat membantu mahasiswa mencapai tujuan akademik dan karir mereka. Mendorong pengembangan SRL pada kedua kelompok mahasiswa, yaitu mahasiswa reguler dan mahasiswa bekerja merupakan langkah penting dalam meningkatkan efektivitas pembelajaran dan menghasilkan lulusan yang siap menghadapi tantangan di dunia nyata. Perubahan keadaan kehidupan yang cepat menjadikan mahasiswa membutuhkan kesiapan terhadap tuntutan, tantangan, serta problematika yang bisa saja terjadi dalam menjalankan profesinya (Lianawati & Lathifah, 2020).

Adanya beberapa fenomena tersebut, maka peneliti tertarik untuk mengambil topik penelitian mengenai studi literatur: peranan *self regulated learning* bagi mahasiswa reguler dan mahasiswa bekerja dalam mencapai keberhasilan akademik. Diharapkan dengan penelitian ini akan diperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang pentingnya peranan *self regulated learning* (SRL) bagi mahasiswa, baik mahasiswa reguler maupun mahasiswa bekerja sehingga diharapkan dapat mengembangkan SRL yang dimiliki sehingga mampu menyadari peran dan tanggungjawabnya guna menentukan kesuksesan dirinya baik kini maupun masa depan.

## Metode Penelitian

Beberapa artikel telah dikumpulkan untuk membahas topik ini dengan sampel penelitian yaitu mahasiswa reguler dan mahasiswa bekerja. Hasil yang didapatkan pada masing-masing penelitian tentunya berbeda dengan lokasi penelitian yang beragam pula. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *literatur review* atau tinjauan literatur. *Literature review* merupakan suatu penelusuran dan penelitian kepustakaan dengan cara membaca dan menelaah berbagai jurnal, buku, dan berbagai naskah terbitan lainnya yang berkaitan dengan topik penelitian untuk menghasilkan sebuah tulisan yang berkenaan dengan suatu topik atau isu tertentu (Marzali, 2016).

Kata kunci yang digunakan peneliti untuk mengumpulkan artikel ilmiah yang telah dipublikasikan adalah *self regulated learning*: mahasiswa reguler dan *self regulated learning*: mahasiswa bekerja. Pengumpulan database jurnal, yaitu *google scholar*, *research gate* dan *science direct* yang dipublikasikan selama sepuluh tahun terakhir, yaitu tahun 2013 hingga 2023.

## Hasil dan Pembahasan

Pengumpulan data dalam database jurnal, yaitu *google scholar*, *research gate* dan *science direct* pada 577 artikel yang dipublikasikan selama sepuluh tahun terakhir, yaitu pada tahun 2013 hingga tahun 2023 dengan menggunakan kata kunci *self regulated learning*: mahasiswa reguler dan *self regulated learning*: mahasiswa bekerja. Hasil dari pengkajian ditemukan empat artikel yang mengkaji tentang peranan *self regulated learning* pada mahasiswa reguler dan mahasiswa bekerja dalam pencapaian keberhasilan akademik.

*Self-regulated learning* (SRL) merupakan suatu kegiatan individu belajar secara aktif, menyusun, menentukan tujuan belajar, merencanakan dan memonitor, mengatur dan mengontrol kognisi, motivasi perilaku serta lingkungannya untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan (Filho, 2001; Pintrich, 2004; Wolters et al, 2003). *Self regulated learning* membuat mahasiswa mampu mengatur, mengawasi, dan mengendalikan proses belajar serta mampu meningkatkan efektivitas belajar dan mencapai kesuksesan akademik. Dengan SRL mahasiswa mampu meningkatkan efektivitas belajar; mampu mengatur waktu yang dimiliki dengan lebih efektif; memiliki kemandirian; mampu mengelola stres yang dimiliki; mampu meningkatkan pemahaman dan retensi informasi; mampu mengatasi kendala-kendala yang dihadapi; bagi mahasiswa bekerja mampu meningkatkan keprofesionalan; serta mampu meningkatkan prestasi akademik.

Tinjauan literatur ini dikaji sesuai dengan kriteria penulisan yaitu nama penulis, tahun publikasi, tujuan penelitian, latar belakang penelitian, kajian pustaka penelitian, metode penelitian, subjek penelitian, dan hasil penelitian yang berkaitan dengan variabel *self regulated learning* dengan variabel keberhasilan akademik pada mahasiswa reguler dan mahasiswa bekerja. Berikut ini terdapat beberapa penelitian yang telah dikaji menggunakan metode tinjauan literatur yaitu :

No.	Penulis	Judul	Sampel	Metode	Hasil
1.	Feida Noor Laila Istia'dah (2018)	Komparasi Self Regulated Learning pada Mahasiswa yang Bekerja dan Mahasiswa yang Tidak Bekerja	Mahasiswa Angkatan 2015 yang berada pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.	Kuantitatif	Tidak ada perbedaan <i>Self Regulated Learning</i> mahasiswa yang bekerja dan mahasiswa yang tidak bekerja.
2.	Pravesti, dkk (2022)	Pentingnya <i>Self Regulated Learning</i> pada Mahasiswa	Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 300 partisipan, yang terbagi menjadi 225 partisipan perempuan dan 75 partisipan laki-laki.	Kuantitatif	Tidak ada perbedaan SRL baik pada mahasiswa laki-laki maupun perempuan.
3.	Miftakul Janah (2020)	Perbedaan <i>Self Regulated Learning</i> pada	Mahasiswa yang bekerja dengan	Kuantitatif	Mahasiswa asal Gayo Lues yang bekerja dan tidak

		Mahasiswa Asal Gayo Lues yang Bekerja dengan tidang Bekerja di Banda Aceh	mahasiswa tidak bekerja asal Gayo Lues sebanyak 120 orang terdiri dari 60 orang mahasiswa yang bekerja dan 60 orang mahasiswa yang tidak reguler.		bekerja mampu melakukan pengaturan diri yang cukup baik.
4.	Icha Liffia Augiyanti (2021)	Perbedaan <i>Self Regulated Learning</i> antara Mahasiswa yang Bekerja dengan Mahasiswa yang Tidak Bekerja	Subjek penelitian sebanyak 370 mahasiswa Universitas "X"	Kuantitatif	Tidak ada perbedaan SRL antara mahasiswa bekerja dengan mahasiswa reguler.

## Simpulan dan Saran

### Simpulan

*Self regulation learning* memiliki peran yang besar dalam pencapaian prestasi. *Self regulated learning* (Wolters, 1998) adalah kemampuan seseorang untuk mengelola secara efektif pengalaman belajarnya sendiri dalam berbagai cara sehingga mendapat hasil belajar yang optimal. Menurut Pintrich dan Zusho (Nicol dan Macfarlane-Dick, 2006) *self regulated learning* merupakan proses konstruktif aktif dimana siswa menetapkan tujuan belajarnya dan kemudian berusaha untuk memonitor, mengatur, dan mengontrol kognisi, motivasi, dan tingkah lakunya agar sesuai dengan tujuannya dan kondisi kontekstual dari lingkungannya.

*Self-regulated learning* (SRL) merupakan suatu kegiatan individu belajar secara aktif, menyusun, menentukan tujuan belajar, merencanakan dan memonitor, mengatur dan mengontrol kognisi, motivasi perilaku serta lingkungannya untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan (Filho, 2001; Pintrich, 2004; Wolters et al., 2003). Secara teoritis kemampuan meregulasi diri individu dalam belajar (*self-regulated learning*) telah berkembang baik pada masa remaja (Wang, 2004). Pengaturan belajar mahasiswa (*self-regulated learning*) membantu memfasilitasi pada mahasiswa tidak hanya membantu dalam pemahaman mahasiswa dan dalam menetapkan strategi untuk belajar yang efisien, tetapi juga membantu mahasiswa untuk mengidentifikasi kurangnya pemahaman mereka dan kebutuhan untuk mencari bantuan yang diperlukan untuk membantu proses belajar mereka.

### Saran

Mahasiswa dengan SRL rendah diharapkan dapat meningkatkan SRL yang dimiliki terutama pada mahasiswa reguler. Salah satunya dengan membuat rencana atau jadwal kegiatan, tujuan belajar, memantau perkembangan setiap proses yang dilalui, serta mengevaluasi hasilnya. Sementara itu untuk mahasiswa yang bekerja diharapkan dapat memiliki pengelolaan waktu yang lebih baik, sehingga dapat membagi waktu antara bekerja dengan kuliah secara efektif. Mahasiswa bekerja diharapkan dapat lebih fokus dan giat belajar sehingga dapat tetap mamlu menjaga keseimbangan antara keberhasilan akademik dengan karir.

### **Ucapan Terimakasih (Bila Ada)**

Ucapan terimakasih disampaikan juga kepada Fakultas Psikologi Universitas Wijaya Putra, LPPM dan Pusat Studi Gesi (PS Gesi Universitas Wijaya Putra) atas dukungannya sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik.

### **Daftar Pustaka**

- Augiyanti, I. L. (2021). *Perbedaan Self Regulated Learning Antara Mahasiswa Yang Bekerja Dengan Mahasiswa Yang Tidak Bekerja*. Universitas Islam Riau.
- Filho, M. K. d. C. (2001). A Review on Theories of Self-Regulation of Learning. *Bulletin of the Graduate School of Education*, 50.
- Istia'dah, F. N. L. (2018). Komparasi Self Regulated Learning Pada Mahasiswa Yang Bekerja Dan Mahasiswa Yang Tidak Bekerja. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice, and Research*, 2(1), 6-13.  
[http://www.journal.umtas.ac.id/index.php/innovative\\_counseling/article/view/183](http://www.journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling/article/view/183)
- Janah, M. (2020). *Perbedaan Self Regulated Learning Pada Mahasiswa Asal Gayo Lues Yang Bekerja Dengan Tidak Bekerja Di Banda Aceh*. UIN AR-RANIRY.
- Lianawati, A., & Lathifah, M. (2020). Hambatan Kreativitas Mahasiswa dalam Mengembangkan Program Layanan Bimbingan Konseling. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Citra Bakti*, 7(2), 159-166.
- Marzali, A. (2016). Menulis Kajian Literatur. *Jurnal Etnosia*, 1(2), 112-117.
- Nicol, D.J., dan Macfarlane-Dick, D. (2006). Formative assessment and self-regulated learning: a model and seven principles of good feedback practice. *Studies in Higher Education*, 31(2), 199-218.

- Pintrich, P. R. (2004). A Conceptual Framework for Assessing Motivation and Self-Regulated Learning in College Students. *Educational Psychology Review*, 16(4), 385–407. <https://doi.org/DOI:10.1007/S10648-004-0006-X>
- Pravesti, C. A., Mufidah, E. F., Farid, D. A. M., & Lathifah, M. (2022). Pentingnya Self-Regulated Learning pada Mahasiswa. *SNHRP*, 8–18.
- Rachmah, D. N. (2015). Regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa yang memiliki peran banyak. *Jurnal Psikologi*, 42(1), 61–77. <https://journal.ugm.ac.id/jpsi/article/view/6943>
- Rahma, R. (2014). Perbedaan Self Regulation pada Mahasiswa yang Bekerja dan Mahasiswa yang tidak Bekerja. *Jurnal Program Studi Psikologi Universitas Paramadina*, 34–48.
- Wang, B. (2004). *Self-regulated learning strategies and self-efficacy beliefs of children learning English as a second language*. the Ohio State University.
- Wolters, C. A. (1998). Self-regulated learning and college students regulation of motivational. *Journal of Educational Psychology*, 90(2), 224–235.
- Wolters, C. A., Pintrich, P. R., & Karabenick, S. A. (2003). *Assessing Academic Self-regulated Learning Indicators of Positive Development: Definitions, Measures, and Prospective Validity*, *ChildTrends, National Institutes of Health*. National Institutes of Health.