

**GAMBARAN *SELF REGULATED LEARNING* PADA MAHASISWA  
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERISTAS BOSOWA MAKASSAR**



**DIAJUKAN OLEH :  
NUR ISTIQAMA  
4518091110**

**SKRIPSI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS BOSOWA MAKASSAR  
2022**



**GAMBARAN *SELF REGULATED LEARNING* PADA MAHASISWA  
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS BOSOWA MAKASSAR**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Sebagai  
Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)**

*Oleh:*

**Nur Istiqama  
4518091110**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS BOSOWA MAKASSAR  
2022**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**SKRIPSI**

**GAMBARAN *SELF REGULATED LEARNING* PADA MAHASISWA  
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS BOSOWA MAKASSAR**

**Disusun dan diajukan oleh:**

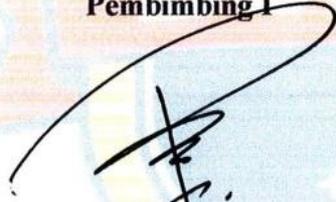
**NUR ISTIQAMA  
4518091110**

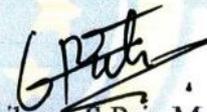
Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian Skripsi  
Pada September 2022

**Menyetujui:**

**Pembimbing I**

**Pembimbing II**

  
Musawwir, S.Psi., M.Pd.  
NIDN: 0927128501

  
Nurhikma, S.Psi., M.Si.  
NIDN: 0919129302

**Mengetahui:**

**Dekan  
Fakultas Psikologi**

**Ketua Program Studi  
Fakultas Psikologi**

  
Patmayanti, S.Psi., M.A., M.Sc., Ph. D.  
NIDN: 0921018302

  
A. Nur Aulia Saudi, S.Psi., M.Si.  
NIDN: 0908119001

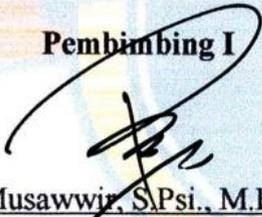
**HALAMAN PERSETUJUAN HASIL PENELITIAN**  
**GAMBARAN *SELF REGULATED LEARNING* PADA MAHASISWA**  
**FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS BOSOWA MAKASSAR**

**Disusun dan diajukan oleh:**

**NUR ISTIQAMA**  
**4518091110**

Telah disetujui oleh pembimbing untuk dipertahankan dihadapan tim Penguji  
Ujian Hasil Penelitian Pada Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar  
Pada September tahun 2022

**Pembimbing I**

  
Musawwir, S.Psi., M.Pd.  
NIDN: 0927128501

**Pembimbing II**

  
Nurhikma, S.Psi., M.Si.  
NIDN: 0919129302

Mengetahui,  
**Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar**



Wahid Taibe, S.Psi., M.A., M.Sc., Ph. D.  
NIDN: 0921018302

## HALAMAN PERSETUJUAN PENGUJI HASIL PENELITIAN

Telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan tim Penguji Ujian Hasil Penelitian Pada Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar untuk dilaksanakan seminar ujian Hasil Penelitian sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi program strata satu (S1) Psikologi terhadap atas nama:

Nama : Nur Istiqama  
NIM : 4518091110  
Program Studi : Psikologi  
Judul : *Gambaran Self Regulated Learning* pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar

Tim Penguji	Tanda Tangan
1. Musawwir, S.Psi., M.Pd	(.....)
2. Nurhikma, S.Psi., M.Si	(.....)
3. Arie Gunawan HZ, M.Psi., Psikolog	(.....)
4. Titin Florentina P, M.Psi., Psikolog	(.....)

Mengetahui,  
**Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar**



Palmyra M. Urbe, S.Psi., M.A., M.Sc., Ph. D.  
NIDN: 0921018302

## PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul “*Gambaran Self Regulated Learning* pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar” beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya dari peneliti sendiri, bukan hasil plagiat. Peneliti siap menanggung risiko /sanksi apabila ternyata ditemukan adanya perbuatan tercela yang melanggar etika keilmuan dalam karya yang telah peneliti buat, adanya klaim dari pihak terhadap keaslian penelitian ini.

Makassar, 20 September 2022



Nur Istiqama  
Nim: 4518091110

## PERSEMBAHAN

*Segala puji dan syukur kepada Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya.*

*Saya ingin mengucapkan banyak terimakasih kepada diriku sendiri karena telah membuat suatu karya yang sangat luar biasa ini. Skripsi ini saya persembahkan untuk kedua orangtua saya, dosen-dosen, teman-teman seperjuangan dan untuk diriku sendiri.*

## **MOTTO**

*“Mungkin keadaanmu tak sebaik orang lain, tapi kamu diberi badan yang sehat dan iman yang kuat bukankah itu anugrah yang luar biasa”*

*-Prent-*

*“Terkadang Allah tidak memberi segala yang kamu inginkan bukan berarti kamu tak berhak mendapatkannya akan tetapi karena kamu berhak mendapatkan yang lebih baik”*

*-Anonim-*

## ABSTRAK

### GAMBARAN *SELF REGULATED LEARNING* PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS BOSOWA MAKASSAR

Nur Istiqama  
Fakultas Psikologi, Universitas Bosowa  
[nuristiqamahamir@gmail.com](mailto:nuristiqamahamir@gmail.com)

*Self regulated learning* merupakan strategi belajar yang dilakukan dimana individu dibimbing mulai dari cara berfikir dan belajar agar dapat mempunyai motivasi kuat untuk belajar dan selalu aktif dalam proses pembelajaran. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran *self regulated learning* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar. Penelitian ini dilakukan pada 243 mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar. Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala *self regulated learning* berdasarkan teori Zimmerman (2002) dengan nilai reliabilitas 0.845. Data dalam penelitian ini dianalisis dengan menggunakan Teknik analisis deskriptif. Hasil analisis menunjukkan bahwa mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar memiliki *self regulated learning* pada kategori sedang. Hal ini dibuktikan dari nilai *mean* yang diperoleh 66.16, berada pada rentang skor antara 62.42 - 69.89 atau 36.2 %. Artinya, mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar dapat merencanakan, mengatur, dan mengontrol aktivitas belajar dengan cukup baik, memiliki motivasi yang baik dan dapat mengarahkan perilakunya dalam menyusun strategi belajar dengan baik, sehingga dapat mencapai tujuan belajar yang diinginkan.

**Kata Kunci :** *Self regulated learning*, Mahasiswa

## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kehadiran Allah Yang Maha Kuasa karena dengan rahmat, karunia serta taufik dan hidayah-Nya saya dapat menyusun Skripsi dengan judul “Gambaran *Self Regulated Learning* pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar”. Saya juga berterima kasih kepada Dosen Pembimbing 1 dan 2: Bapak Musawwir, S.Psi., M.Pd dan Ibu Nurhikma, S.Psi., M.Si. Harapan saya, penelitian ini dapat berguna dalam rangka menambah wawasan serta pengetahuan kepada pembaca dan yang terpenting yaitu kepada saya sendiri. Saya menyadari bahwa penelitian ini masih terdapat kekurangan dan jauh dari kata yang sempurna. Semoga penelitian sederhana ini dapat dipahami oleh siapapun yang membacanya. Sebelumnya saya mohon maaf yang sebesar-besarnya apabila terdapat kesalahan kata-kata yang kurang berkenan dan mohon kritikan dan sarannya yang membangun.

Pada kesempatan ini, peneliti ingin menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan maupun pengetahuan sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik. Untuk itu dengan segala kerendahan hati peneliti sampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmatnya, kemudahan dan kelancaran dalam proses penelitian ini
2. Kepada kedua orang tua, yang selalu memberikan kasih sayang, doa, nasehat, selalu memberikan dukungan moral dan materil, serta atas kesabarannya yang luar biasa dalam setiap langkah hidup saya.

3. Kepada adek saya Muhammad Qaizar Azkha, adekku yang tiba-tiba hadir setelah 22 tahun jadi anak tunggal.
4. Kepada keluarga besar saya yang telah memberikan dukungan serta doanya kepada saya agar secepatnya wisuda.
5. Kepada Dekan Fakultas Psikologi Ibu Patmawaty Taibe, S.Psi., M.A., M.Sc., Ph.D Wakil Dekan I Ibu Sri Hayati S.Psi., Psikolog, Wakil Dekan II Bapak Andi Muhammad Aditya, S.Psi., M.Psi., Psikolog, Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Ibu A. Nur Aulia Saudi, S.Psi., M.Si.
6. Kepada Bapak Musawwir, S.Psi., M.Pd selaku dosen pembimbing I yang telah meluangkan waktu, tenaga dan memberikan bimbingannya dalam penyusunan skripsi ini dan memberikan banyak ilmu luar biasa khususnya terkait psikologi.
7. Kepada Ibu Nurhikma, S.Psi., M.Si selaku dosen Pembimbing II yang telah meluangkan waktu, tenaga dan memberikan bimbingannya dalam penyusunan skripsi ini dan memberikan banyak ilmu luar biasa khususnya terkait psikologi.
8. Kepada Bapak Arie Gunawan HZ, M.Psi., Psikolog dan Ibu Titin Florentina, M.Psi., Psikolog selaku penguji I dan penguji II yang telah meluangkan waktunya dan telah memberikan saran untuk perbaikan skripsi ini menjadi lebih baik.
9. Kepada seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar yang telah meluangkan waktunya untuk membagi ilmu dan pengalaman.

10. Kepada seluruh staf tata usaha yang telah membantu dalam mengurus administrasi peneliti.
11. Kepada seluruh teman-teman Fakultas Psikologi khususnya angkatan 2018 yang telah membantu saya dalam pengerjaan skripsi ini.
12. Kepada seluruh pihak yang telah membantu mengisi dan menyebarkan skala penelitian ini.
13. Kepada teman-teman yang ada di Kelas C Angkatan 2018 yang telah memberikan dukungan selama perkuliahan dan pengerjaan skripsi ini.
14. Kepada teman-teman saya, Fana, Mustika, Casie, Meili, Iwa, Octa, Ayu Hasan, Tasya, Ayu Khofifah yang telah membantu dan memberikan semangat dalam proses pengerjaan skripsi ini.
15. Kepada semua orang-orang yang telah membantu baik itu membantu dalam mengisi skala, menyebarkan skala atau membantu dengan memberikan motivasi kepada peneliti, maaf karena tidak bisa menyebutkan nama satu per satu. Intinya terima kasih banyak.

Demikian peneliti sampaikan semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua.

Makassar, 20 September 2022

Nur Istiqama

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGASAHAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN HASIL PENELITIAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN PENGUJI HASIL PENELITIAN.....	iv
PERNYATAAN.....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
MOTTO .....	vii
ABSTRAK .....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumus Masalah .....	8
1.3 Tujuan Penelitian.....	9
1.4 Manfaat Penelitian.....	9
1.4.1 Manfaat Teori .....	9
1.4.2 Manfaat Praktis.....	9
<b>BAB II. TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 <i>Self Regulated Learning</i> .....	11
2.1.1 Definisi <i>Self Regulated Learning</i> .....	11
2.1.2 Aspek <i>Self Regulated Learning</i> .....	13
2.1.3 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi SRL .....	15
2.1.4 Dampak <i>Self Regulated Learning</i> .....	17
2.1.5 Pengukuran <i>Self Regulated Learning</i> .....	19
2.2 Mahasiswa .....	20
2.4 Gambaran <i>Self Regulated Learning</i> Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar.....	22
2.5 Kerangka Berfikir .....	25
<b>BAB III. METODE PENELITIAN</b>	
3.1 Pendekatan Penelitian.....	26
3.2 Variabel Penelitian .....	26
3.3 Definisi Variabel.....	26
3.3.1 Definisi konseptual.....	26
3.3.2 Definisi Operasional.....	27
3.4 Populasi, Sampel, Dan Teknik Pengambilan Sampel.....	27
3.4.1 Populasi .....	27
3.4.2 Sampel .....	28
3.4.3 Teknik Pengambilan Sampel.....	28
3.5 Teknik Pengumpulan Data .....	29
3.5.1 Skala <i>Self Regulated Learning</i> .....	28
3.6 Uji Instrumen.....	30
3.6.1 Uji Validitas.....	30

3.6.1 Uji Reliabilitas .....	31
3.7 Teknik Analisi Data.....	32
3.7.1 Analisi Deskriptif .....	32
3.8 Jadwal Penelitian .....	32
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN</b>	
4.1 Hasil analisis.....	34
4.1.1 Deskriptif Responden Berdasarkan Demografi .....	34
4.1.2 Deskriptif Variabel Berdasarkan Tingkat Skor.....	35
4.1.3 Hasil Analisi Deskriptif Variabel Berdasarkan Demografi.....	37
4.1.4 Hasil Analisi Deskriptif Variabel Berdasarkan Aspek <i>Self Regulated Learning</i> .....	41
4.2 Pembahasan .....	43
4.3 Limitasi Penelitian.....	47
<b>BAB V KESIMPULAN</b>	
5.1 Kesimpulan.....	49
5.2 Saran .....	49
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>51</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>54</b>

### DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blue Print Self Regulated Learning</i> .....	29
Tabel 3.2 Jadwal Penelitian.....	34
Tabel 3.3 Hasil Analisis Deskriptif <i>Self Regulated Learning</i> .....	38
Tabel 3.4 Kategorisasi <i>Self Regulated Learning</i> .....	39

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Gambaran Umum Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin .....	34
Gambar 4.2 Gambaran Umum Subjek Berdasarkan Semester .....	35
Gambar 4.3 Hasil Analisis Deskriptif <i>Self Regulated Learning</i> .....	35
Gambar 4.4 Distribusi Frekuensi Skor Variabel <i>Self Regulated Learning</i> Berdasarkan Kategori .....	36
Gambar 4.5 Kategorisasi <i>Self Regulated Learning</i> Berdasarkan Jenis Kelamin ..	37
Gambar 4.6 Kategorisasi <i>Self Regulated Learning</i> Berdasarkan Semester .....	39
Gambar 4.7 Hasil Analisis Deskriptif Variabel Berdasarkan Aspek Kognitif.....	41
Gambar 4.8 Hasil Analisis Deskriptif Variabel Berdasarkan Aspek Motivasi.....	43
Gambar 4.9 Hasil Analisis Deskriptif Variabel Berdasarkan Aspek Perilaku.....	42

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Penelitian .....	54
Lampiran 2 Uji Reliabilitas dan Validitas.....	67
Lampiran 3 Analisis Deskriptif Demografi.....	72
Lampiran 4 Analisis Deskriptif.....	74
Lampiran 5 Analisis Variabel Berdasarkan Tingkat Skor .....	76
Lampiran 6 Hasil Analisis Berdasarkan Aspek .....	78
Lampiran 7 Tabulasi Data.....	80

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Individu yang telah memasuki jenjang Pendidikan perguruan tinggi atau disebut sebagai mahasiswa, biasanya dituntut supaya melakukan strategi belajar berbeda dengan cara belajarnya ketika masih berada di jenjang Sekolah Menengah Atas (Deasyanti dan Armaeini, 2007). Mahasiswa merupakan individu yang sedang belajar dijenjang perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta dalam kurun waktu tiga atau empat tahun (Siswoyo, 2007). Umumnya, mahasiswa berada pada rentang usia 18 tahun sampai dengan 25 tahun. Jika mengacu pada tahapan perkembangan dikemukakan oleh Santrock (2007), tahapan ini dikategorikan kedalam tahapan dewasa awal dimana mahasiswa akan mengalami perubahan karena telah menemukan metode belajar yang berbeda dari sebelumnya.

Hurlock (2006) menyatakan bahwa masa dewasa awal disebut sebagai masa peralihan dimana yang awalnya bergantung pada orang lain menuju masa kemandirian, mulai dari kemandirian perihal ekonomi, kebebasan dalam menentukan dan memiliki pandangan sendiri mengenai masa depannya. Awaliyah & Listiyandini (2017) mengatakan bahwa mahasiswa yang memasuki masa peralihan dari masa remaja akhir menuju masa dewasa awal akan banyak menghadapi berbagai jenis konflik yang terjadi dalam hidupnya dikarenakan adanya perubahan tugas dan tanggung jawab yang mereka terima.

Slameto (2003) mengatakan bahwa belajar merupakan suatu upaya yang dilakukan individu untuk melakukan perubahan perilaku sebagai pencapaian atas pengalamannya sendiri serta berinteraksi dengan orang lain. Sebagai mahasiswa juga dituntut agar belajar mandiri serta tidak selalu bergantung pada apa yang diajarkan oleh dosen. Selain itu, mahasiswa dituntut untuk harus mengetahui tanggung jawabnya seperti mengerjakan tugas perkuliahan, dimana hal ini tentu membutuhkan manajemen waktu agar dapat terselesaikan dengan baik (Deasyanti dan Armaeni, 2007).

Namun kenyataannya, masih banyak mahasiswa yang merasa kesukaran ketika beradaptasi dengan pola belajar yang ada perguruan tinggi. Contohnya, mereka belum mampu melakukan kontrol diri dengan baik dan kurang manajemen waktu untuk memenuhi tuntutan akademiknya. Hal ini dapat mengakibatkan mahasiswa memilih untuk belajar secara *instant* sehingga terjadilah prokrastinasi. Kondisi ini biasanya disebabkan karena mahasiswa kurang dalam kemampuan mengontrol cara belajarnya, dimana cara belajar ini mencakup tentang pemahaman kemampuan kognitif, proses berpikir, dan dorongan mencapai tujuan dalam proses belajar.

Berdasarkan pemaparan diatas, hal ini di dukung dari survey data awal yang telah dilakukan peneliti kepada 29 mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bosowa ditemukan bahwa 27 diantaranya merasa kesulitan dengan banyaknya tugas yang diterima pada bangku perkuliahan. Mereka menyatakan bahwa sering mengalami kesulitan ketika mengerjakan tugas dikarenakan tugas yang terlalu banyak dan waktu pengerjaan yang terbilang

cepat. Selain itu, mereka mengatakan bahwa merasa malas mengerjakan tugas ketika kesulitan dalam mencari referensi.

Selain itu, dari hasil survey tersebut peneliti juga mendapatkan bahwa 15 mahasiswa yang berorganisasi memiliki kesulitan dalam manajemen waktu. Disamping itu, mereka mengatakan bahwa materi yang diajarkan sulit untuk dipahami dan terkadang tugas yang dikumpulkan belum sesuai dengan kemauan dari dosen pengajar. Mereka mengatakan bahwa semakin bertambahnya semester dalam perkuliahan semakin bertambah juga beban perkuliahan yang mereka rasakan.

Berdasarkan survey yang dilakukan, 27 dari 29 mahasiswa mengatakan bahwa pembelajaran yang dilakukan dibangku perkuliahan terbilang lebih sering belajar mandiri dibandingkan saat bangku sekolah. Mahasiswa dituntut untuk mencari informasi diluar jam pelajaran atau mata kuliah, hal ini menyulitkan mahasiswa dikarenakan terkadang tidak memahami materi yang diberikan atau tugas yang diberikan. Sebagian mengatakan malas bertanya meskipun merasa belum memahami materi yang diberikan oleh dosen.

Berdasarkan survey yang dilakukan, peneliti juga mendapatkan bahwa mereka memiliki ketakutan ketika hasil belajar kurang sesuai dengan upaya yang telah dilakukan. Mereka merasa belum mampu memotivasi diri sendiri ketika merasa kesulitan dalam pengerjaan tugas serta manajemen waktu. Mereka terkadang melakukan prokrastinasi sehingga tugas semakin menumpuk dan membuat mereka kewalahan dalam pengerjaannya, hal ini

dikarenakan karena mereka merasa stres dan kurang memotivasi diri sendiri dan kurang mendapatkan dukungan dari orang lain.

Individu akan dapat meminimalisir atau menangani pengaruh yang timbul dari stres akademik karena memiliki *self regulated learning*. Mereka yang mampu menerapkan cara regulasi diri dalam belajar dengan baik, tidak akan mengalami masalah dibidang akademiknya. Hal itu disebabkan karena mereka akan berupaya meninjau dan mengontrol emosi negatif yang dirasakan serta berusaha meningkatkan emosi positifnya (Montalvo & Torres, 2004). Permasalahan-permasalahan lain juga dapat diminimalkan ketika individu memiliki *self regulated learning* tinggi, karena individu tersebut akan meningkatkan motivasi seperti mempunyai efikasi diri serta ketertarikan terhadap tugas akademiknya (Zimmerman, 1990).

Selain itu, dengan adanya *self regulated learning*, maka tindakan-tindakan dalam belajar dapat menjadi sebuah tindakan yang di dorong atau di motivasi oleh individu itu sendiri, diantaranya mengatur tindakan dan perilaku, menetapkan tujuan atau usaha yang dilakukan, metakognisi, manajemen atau mengatur waktu serta mengatur atau mengontrol lingkungan sosial dan fisik (Zimmerman dan Risemberg, 1997, dalam Chen, 2002). Tindakan-tindakan yang dilakukan dalam belajar inilah yang disebut dengan *self regulated learning*. Selain definisi tersebut, Wolters (dalam Yudha & Nugroho, 2019) menyatakan bahwa *self regulated learning* dianggap sebagai keterampilan untuk mengusahakan belajar dari kejadian yang pernah terjadi sebelumnya dengan beragam cara, sehingga memperoleh hasil yang diinginkan.

Zimmerman (2002) menyatakan bahwa *self regulated learning* bisa dikatakan sebagai salah satu strategi atau cara belajar yang dilakukan dimana siswa dibimbing mulai dari cara berfikir dan belajar agar dapat memperoleh dorongan dalam dirinya sendiri agar memotivasinya untuk aktif dalam proses pembelajaran. *Self regulated learning* meliputi perencanaan dan mengelola waktu, keyakinan yang positif akan kemampuan yang dimiliki, memiliki konsentrasi serta dapat fokus pada pengaruh positif dan negatif seperti kegagalan dan keberhasilan.

Boekaerts (2000) mengutarakan bahwa *self regulated learning* didefinisikan sebagai proses individu yang brsungguh-sungguh dengan tujuan agar individu dapat berusaha dalam mengontrol diri, mengatur, mengontrol kognisi (pemahaman), motivasi (dorongan) dan perilaku yang nantinya akan dihadapkan dengan tujuan yang sudah ada berdasarkan dengan konteks lingkungan belajarnya. Kerlin, B.A (1992) menyatakan bahwa *self regulated learning* ialah usaha yang dilaksanakan agar dapat menghasilkan peningkatan yang mengacu pada perencanaan dan memonitor proses berpikir dan juga perasaan yang dapat membantu seseorang dalam menyelesaikan tugas-tugas akademiknya.

*Self regulated learning* meliputi cara-cara memotivasi diri dalam belajar hingga tercapai kualitas yang baik dimana individu menjadi lebih aktif secara motivasional, behavioral dan metakognisi dalam metode belajar mereka sendiri (Zimmerman dan Pintrich dalam Kosmin, 2007). Strategi motivasional merupakan cara-cara yang digunakan individu untuk

mengendalikan emosi negatif atau stress yang kadang timbul ketika mereka berupaya menghadapi keputusan yang pernah terjadi agar menjadi pembelajar yang baik. Sementara yang dimaksud dengan strategi belajar adalah teknik-teknik yang dimanfaatkan individu untuk meningkatkan pemahaman, meningkatkan keterampilan, serta menyajikan informasi-informasi terbaru yang dapat individu terima dalam proses pembelajaran (Kosmin, 2007).

Individu dengan *self regulated learning* tinggi dapat mengetahui posisi yang sedang mereka hadapi serta melaksanakan perilaku sehat (perilaku adaptif) dalam penyebab stress atau stressor yang ada (Buckner, Mezzacappa, & Beardslee, 2009). Sedangkan, individu yang memiliki *self regulated learning* rendah atau mengalami masalah dengan regulasi diri dalam belajarnya cenderung menunjukkan cara belajar yang negatif seperti memiliki efikasi diri yang rendah dan melakukan prokrastinasi (Struck & Steele, 2011).

Terdapat penelitian yang membahas mengenai stres akademik yang dialami mahasiswa dengan *self regulated learning*. Salah satu penelitian sebelumnya ialah penelitian yang dilakukan oleh Qalbu (2018), dimana hasil penelitiannya mengatakan bahwa terdapat hubungan negatif signifikan antara *self regulated learning* dengan stres akademik pada siswa Sekolah Menengah Atas, dimana siswa-siswa yang mengalami stress dapat menerapkan strategi *self regulated learning* sehingga menurunkan tingkat stress yang dirasakannya. Karena dengan adanya strategi *self regulated learning*, siswa akan menentukan sendiri kondisinya agar belajar secara maksimal dan

menerapkan strategi yang tepat saat dihadapkan pada situasi yang dianggap sukar. Penelitian lain juga dilakukan oleh Priskila dan Savira (2018) juga mendapatkan hasil yang sama bahwa terdapat hubungan negatif signifikan, artinya semakin tinggi *self regulated learning* maka semakin rendah stres akademik yang dialami siswa begitu pula sebaliknya.

Penelitian yang dilakukan oleh Lubis, Lubis & Aziz (2015) bahwa *social support* atau dukungan sosial dan *self regulated learning* memiliki hubungan yang signifikan. Dimana jika ditinjau bahwa kedekatan emosional yang dirasakan anak dan orantuanya dapat terjadi interaksi sosial antara anak dengan orangtuanya sehingga melalui orangtua, anak dapat memperoleh bimbingan dan dibantu apabila mengalami kesulitan belajar. Dukungan sosial dari orangtua juga dapat meningkatkan dan mendorong motivasi anak dalam belajar, membentuk kongnisi (metakognitif) dan strategi intelektual serta strategi pengelolaan sumber daya dan lingkungan pada anak.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Sumia, Sandayanti & Detty (2020) mendapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh *social support* teman sebaya dengan *self regulated learning*, dimana hal ini menunjukkan bahwa pada aspek teman sebaya seperti perhatian, kesenangan, dan penghargaan dari teman sebaya dapat membangun motivasi mereka. Termotivasi dalam hal agar mereka berusaha menggapai tujuan belajarnya. Mahasiswa akan lebih meningkatkan kepercayaan dirinya bahwa Ia mampu mencapai target dari hasil belajarnya. Hasil penelitian menunjukkan signifikansi positif, artinya semakin tinggi pengaruh dukungan sosial teman

sebaya maka semakin tinggi pula *self regulated learning mahasiswa*. Begitupun sebaliknya, semakin rendah pengaruh dukungan sosial teman sebaya maka semakin rendah *self regulated learning mahasiswa*.

Santrock (2008) berpendapat bahwa motivasi adalah proses pemberian semangat, kegigihan dan arah perilaku. Perilaku termotivasi merupakan perilaku yang berenergi positif, bertahan lama dan terarah atau terkontrol. Berdasarkan penjelasan tersebut terlihat jelas bahwa untuk mengembangkan *self regulated learning* membutuhkan motivasi yang sangat kuat, baik itu motivasi instrumen (diri sendiri) maupun yang berasal dari ekstrinsik (dukungan sosial orangtua, teman, dan lingkungan sekitar).

Berdasarkan pemaparan-pemaparan diatas, peneliti tertarik untuk meneliti tentang bagaimana mahasiswa meregulasi dirinya dalam belajar. Hal ini dikarenakan keterampilan atau kemampuan meregulasi diri dalam belajar belum tentu dimiliki oleh semua mahasiswa karena kemampuan tersebut dibutuhkan pembiasaan dalam pembelajaran. Apalagi mahasiswa yang sedang dalam jenjang Perguruan tinggi seharusnya telah memiliki keahlian dalam regulasi diri dalam belajar yang tinggi. Dengan demikian, peneliti tertarik untuk meneliti dengan judul “Gambaran *Self Regulated Learning* pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan diatas, maka permasalahan utama yang akan dibahas dalam penelitian ini ialah: bagaimana

gambaran *self regulated learning* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran *self regulated learning* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

Penelitian ini memiliki dua manfaat yakni manfaat teoritis dan manfaat praktis sebagai berikut:

#### **1.4.1 Manfaat teoritis**

- a. Penelitian ini memiliki manfaat teoritis dengan menambahkan informasi untuk pengembangan ilmu psikologi, terutama tentang *self regulated learning*.
- b. Penelitian ini diharapkan mampu memperbanyak hasil penelitian sehingga dapat menjadi masukan atau referensi bagi peneliti selanjutnya.

#### **1.4.2 Manfaat praktis**

- a. Bagi Peneliti

Mampu memberikan pemahaman yang lebih mengenai gambaran *self regulated learning* mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar

b. Bagi Mahasiswa

Mampu menjadi bahan refleksi diri sendiri serta memiliki dampak pada perilaku di kehidupan sehari-hari.

c. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan menjadi referensi kedepannya dalam meneliti gambaran *self regulated learning* pada mahasiswa.

## **BAB II**

### **TINJAUAN TEORITIS**

#### **2.1. *Self Regulated Learning***

##### **2.1.1. Definisi *Self Regulated Learning***

Zimmerman (2002) menyatakan bahwa *self regulated learning* merupakan suatu strategi belajar yang dilakukan dimana siswa dibimbing mulai dari cara berfikir dan belajar agar dapat mempunyai motivasi atau dorongan untuk belajar dan berpartisipasi aktif dalam proses belajar. *Self regulated learning* meliputi perencanaan dan mengelola waktu, keyakinan yang positif akan kemampuan yang dimiliki, memiliki konsentrasi serta dapat fokus pada pengaruh positif dan negative seperti kegagalan dan keberhasilan.

Boekaerts (2000) menyatakan bahwa *self regulated learning* merupakan proses aktif dan konstruktif dengan tujuan agar siswa dapat berusaha dalam mengotrol diri, meregulasi, mengontrol kognisi, motivasi dan perilaku yang nantinya akan diarahkan dengan tujuan yang sudah ada berdasarkan dengan konteks lingkungan belajarnya. Kerlin, B.A (1992) menjelaskan bahwa *self regulated learning* merupakan usaha yang dilakukan agar dapat menghasilkan peningkatan yang mengacu pada perencanaan dan memonitor proses kognitif dan juga afektif yang dapat membantu seseorang dalam menyelesaikan tugas-tugas akademiknya.

Schunk (2012) mengemukakan bahwa *self regulated learning* merupakan proses kognitif yang akan memproses informasi, menggabungkan pengetahuan dan mengulang informasi yang diperoleh atau dengan kata lain *self regulated learning* merupakan proses seseorang dalam menima suatu tanggung jawab dan mengontrol cara belajarnya sendiri. *Self regulated learning* juga dapat diartikan bahwa seseorang dalam memonitor atau mengontrol cara berfikir dan juga perilakunya demi mencapai tujuan dalam belajarnya.

Fasikhah (2013) menyatakan bahwa *self regulated learning* merupakan suatu aktivitas individu dimana ia akan belajar secara aktif sebagai pengatur proses belajarnya sendiri, mulai dari merencanakan, memantau, mengontrol dan memonitor dirinya secara sistematis demi mencapai tujuan belajar dengan cara menggunakan berbagai strategi baik secara kognitif, motivasional maupun behavioral.

Wolters (2003) mengatakan bahwa *self regulated learning* merupakan usaha yang dilakukan individu agar dapat mengontrol diri untuk belajar secara aktif serta mengatur perasaan, tindakan dan pikiran agar dapat mencapai tujuan akademis secara mandiri. Selain itu *self regulated learning* merupakan proses aktif yang memotivasi para pelajar dalam menentukan tujuan pembelajaran seperti mengatur dan mengendalikan kognisi.

Winne (1997) menyatakan bahwa *self regulated learning* merupakan suatu kemampuan yang dimiliki individu untuk memunculkan dan mengontrol sendiri pikiran, perasaan, serta perilakunya demi mencapai suatu tujuan. Tujuan yang dimaksud tersebut dapat berupa tujuan akademik seperti meningkatkan pemahaman dalam membaca, belajar perkalian, memberikan pertanyaan yang baik dan juga tujuan sosio emosional seperti dapat mengontrol kemarahan dan dapat belajar akrab dengan teman.

### **2.1.2. Aspek-Aspek *Self Regulated Learning***

Menurut Zimmerman (1989), *self regulated learning* terdiri atas tiga aspek umum pembelajaran akademis, yaitu:

#### **a. Kognisi**

Kognisi meliputi proses pemahaman akan kesadaran dan kewaspadaan diri serta pengetahuan dalam menentukan pendekatan pembelajaran sebagai salah satu cara didalam proses berfikir. Kognisi dalam *self regulated learning* adalah kemampuan individu dalam merencanakan, mengorganisasikan atau mengatur, menginstruksikan diri, memonitor dan melakukan evaluasi dalam aktivitas belajar. Terdapat beberapa strategi dalam meregulasi kognisi yaitu strategi pengulangan dan strategi elaborasi. Strategi pengulangan merupakan usaha yang akan mengulang 13nstrum informasi atau materi-materi dengan adanya strategi ini dapat mempermudah siswa dalam mengingat materi-materi yang telah

dilewati. Sedangkan strategi elaborasi merupakan merefleksikan suatu pembelajaran yang mendalam dengan memakai kalimatnya sendiri dimana strategi ini memahami pembelajaran dengan menggunakan pemaknaan sendiri yang dapat dengan mudah dipahami.

#### **b. Motivasi**

Motivasi dalam *self regulated learning* merupakan suatu pendorong yang telah tertanam pada diri individu dimana mencakup berbagai persepsi terhadap efikasi diri, kompetensi otonomi yang dimiliki dalam aktivitas belajar. Motivasi juga merupakan fungsi dari kebutuhan yang paling mendasar dalam memonitor dan juga berkaitan dengan perasaan kompetensi yang dimiliki setiap individu. Strategi yang dapat dilakukan agar dapat menimbulkan sikap berusaha pada siswa yaitu dengan mengatur atau menambah kemauan agar siap untuk memulai serta mampu mempersiapkan tugas berikutnya dan melengkapi aktivitas sesuai dengan tujuan yang telah ditentukan.

#### **c. Perilaku**

Perilaku dalam *self regulated learning* ini merupakan upaya individu untuk mengatur diri, menyeleksi, dan memanfaatkan lingkungan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitas belajar. Strategi dari perilaku dimana hal ini melibatkan usaha dari individu dengan cara mengontrol perilaku-perilaku yang

muncul. Siswa dapat mengatur waktunya dengan mempelajari situasi-situasi dan membuat jadwal perencanaan ketika akan memulai aktivitas belajar. Perilaku yang baik sangat berpengaruh kepada seseorang yang akan meminta bantuan kepada orang lain, dimana perilaku yang baik akan memunculkan perasaan orang lain untuk membantu dibandingkan dengan adanya perilaku paksaan atau dorongan yang keras untuk meminta bantuan dalam menyelesaikan tugas seperti tugas-tugas akademik. Dalam tahap perilaku, meliputi mengenai *effort regulation*, *time environment*, dan *help seeking*. *Effort regulation* atau meregulasi usaha seseorang dalam menentukan dan mencapai tujuannya, *time environment* dimana siswa mampu mengatur waktu serta tempat dengan cara membuat jadwal agar dapat mempermudah proses belajarnya dan *help seeking* dimana siswa mencoba mendapatkan bantuan dari teman-teman sebaya, guru dan orang dewasa

### **2.1.3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Self Regulated Learning***

Zimmerman (1989) menyatakan bahwa terdapat tiga faktor yang dapat mempengaruhi *self regulated learning*, yaitu:

#### **1. Faktor pribadi (*Person*)**

*Self regulated learning* yang ada pada diri mahasiswa dapat dipengaruhi oleh proses diri yang saling terkait. Proses ini berdasarkan pengetahuan yang miliki dalam proses pengambilan keputusan metakognitif, kondisi afektif dan tujuan akademik.

### **1. Proses pengambilan keputusan metakognitif**

Proses yang dilakukan untuk mengontrol diri terhadap pembelajaran yang melibatkan perencanaan serta analisis tugas. Tujuan jangka panjang mahasiswa dalam belajar mempengaruhi metakognitif dalam proses pengambilan keputusan.

### **2. Kondisi afektif**

Kondisi afektif merupakan bentuk ekspresi yang dimiliki oleh mahasiswa. Pencapaian akademis mahasiswa bergantung pada emosi yang dimiliki karena dapat menghambat juga melancarkan tujuan dalam belajar.

### **3. Tujuan akademis**

Tujuan dalam akademis dilakukan dengan instrumen penggunaan strategi pada *self regulated learning* pada mahasiswa yang memiliki prestasi tinggi dan rendah. Setiap pelajar memiliki pengetahuan dan kemampuan yang tentunya berbeda dengan alasan yang berbeda pula.

## **2. Faktor perilaku (*Behavior*)**

Faktor perilaku digambarkan sebagai tindakan proaktif dalam memanfaatkan lingkungan seperti mengurangi gangguan polusi atau kebisingan bagi mahasiswa yang suka belajar dilingkungan

yang tenang dan tertata. Terdapat tiga cara untuk mengamati perilaku yang dapat mempengaruhi *self regulated learning*, yaitu: observasi diri, penilaian diri dan reaksi diri.

### **3. Faktor lingkungan (*Enviromental*)**

Faktor lingkungan digambarkan sebagai perilaku mahasiswa secara aktif yang muncul berdasarakan kerjasama antara proses berpikir dan konsidi yang saling mempengaruhi. Dalam faktor lingkungan, terdapat dua jenis yang dapat mempengaruhi *self regulated learning*, yaitu: pengalaman sosial dan struktur lingkungan.

#### **2.1.4. Dampak *Self Regulated Learning***

##### **a. Prestasi belajar**

Penelitian ini dilakukan oleh Rahmiyati (2017) yang berjudul *Pengaruh Self Regulated Learning terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas X pada Mata Pelajaran Ekonomi* memiliki hasil penelitian yang menunjukkan bahwa ada pengaruh positif *self regulated learning* terhadap prestasi belajar siswa kelas X pada mata pelajaran ekonomi di SMAN 5 Pontianak. Hal ini ditunjukkan dengan angka 2.757 yang merupakan adanya pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat.

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara *self regulated learning* terhadap prestasi belajar siswa sebesar 9,3% sedangkan sisanya dipengaruhi oleh

faktor lain yang tidak dijelaskan dalam penelitian ini. Maka dapat dikatakan bahwa ketika seorang siswa memiliki *self regulated learning* yang tinggi maka siswa tersebut mampu membuat keputusan, membuat perencanaan dan strategi belajar yang baik dan mempunyai prestasi yang tinggi di kelas.

#### **b. Motivasi belajar**

Penelitian ini dilakukan oleh Destiasari, Warneri & Syahrudin (2019) yang berjudul *Pengaruh Self Regulated Learning terhadap Hasil Belajar Siswa di SMK* dari hasil perhitungan regresi linier sederhana dengan bantuan program SPSS versi 16.0, terdapat pengaruh positif *self regulated learning* terhadap prestasi belajar siswa kelas X SMK Negeri 3 Pontianak.

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh *self regulated learning* terhadap hasil belajar siswa yang bernilai positif yang artinya semakin tinggi *self regulated learning* siswa maka semakin baik pula hasil belajar yang diperoleh. Adapun sumbangan pengaruh *self regulated learning* terhadap hasil belajar yaitu sebesar 59,3% sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak dijelaskan didalam penelitian.

### **c. Kemampuan berfikir matematis**

Penelitian ini dilakukan oleh Lesmanawati dkk (2020) yang berjudul *Pengaruh Self Regulated Learning terhadap Kemampuan Berfikir Kreatif Matematis Siswa Sekolah Dasar* ditemukan hasil bahwa kemampuan berpikir kreatif matematis dipengaruhi oleh *self regulated learning* untuk meningkatkan kemampuan berpikir kreatif matematis pada siswa. Maka dapat disimpulkan bahwa untuk meningkatkan kemampuan berpikir kreatif matematis maka diperlukan *self regulated learning*.

#### **2.1.5. Pengukuran *Self Regulated Learning***

##### **a. *Self Regulated Scale (SRS)***

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian untuk mengukur variabel *self regulated learning* adalah *self regulation scale (SRS)* yang disusun oleh Toering (2011). Alat ukur ini dirasa paling sesuai dengan kebutuhan dalam penelitian ini karena sejalan dengan teori yang digunakan. *Self-regulated Scale (SRS)* yang disusun oleh Toering (2011) terdiri dari 50 item yang terdiri dari 6 subskala, yaitu *planning, monitoring, evaluation, reflection, efforts*, dan *self-efficacy*.

##### **b. *Motivated Strategies for Learning Questionnaire (MSLQ)***

Alat ukur ini diciptakan oleh Pintrich (1991). Adapun komponen dalam kuesioner MSLQ terbagi menjadi dua yaitu skala motivasi yang berjumlah 31 item dan skala strategi belajar

berjumlah 50 item, sehingga total aitem adalah 81 aitem. *Skala Motivated Strategies for Learning Questionnaire (MSLQ)* disusun menggunakan model skala Likert. Peneliti yang pernah menggunakan alat ukur psikologi ini yaitu Ningrum (2021) yang mana judul penelitiannya adalah Validitas dan Reliabilitas *Motivated Strategies For Learning Questionnaire (MSLQ)* pada Mahasiswa Kedokteran.

**c. *Self Regulated Online Learning (SROL)***

*Self Regulated Online Learning (SROL)* merupakan alat ukur yang diciptakan oleh Friedenberg (1995). Alat ukur ini tergolong dalam *typical performance test* atau tes yang digunakan untuk mengukur kepribadian dimana dalam tes tersebut tidak terdapat jawaban benar atau salah. Alat ukur ini telah digunakan oleh Arbiyah & Triatmoko (2016) dengan judul “Pengembangan Skala Regulasi Diri dalam Pembelajaran Daring (*Self Regulated Online Learning Scale*) pada Mahasiswa”.

## **2.2. Mahasiswa**

### **2.2.1. Definisi Mahasiswa**

Mahasiswa merupakan peserta didik pada jenjang Perguruan Tinggi. Menurut Siswoyo (2007) mahasiswa diartikan sebagai individu yang sedang menuntut ilmu ditingkat perguruan tinggi, baik

negeri maupun swasta atau instansi lain yang setingkat dengan perguruan tinggi. Mahasiswa dinilai memiliki tingkat intelektualitas yang tinggi, kecerdasan dalam berpikir dan mempunyai perencanaan dalam melakukan tindakan. Berpikir kritis dan bertindak dengan cepat dan tepat merupakan sifat yang cenderung tertanam pada diri mahasiswa sebagai dasar yang saling melengkapi. Seorang mahasiswa bagian dari tahap perkembangan berusia 18-25 tahun (*Emerging Adulthood*).

KBBI (2020) mengatakan mahasiswa merupakan yang sedang belajar pada perguruan tinggi serta terdaftar secara administrasi sebagai mahasiswa di perguruan tinggi. Sedangkan dalam UU Republik Indonesia Nomor 12 tahun 2012, menyatakan bahwa mahasiswa menjadi peserta didik untuk program sarjana disiapkan untuk menjadi lulusan yang berintelektual dan/atau ilmuwan yang berbudaya, mampu memasuki dan/atau menciptakan lapangan kerja, serta mampu mengembangkan diri menjadi seorang yang profesional.

Dari segi kognisi, mahasiswa berada pada tahap operasional formal (Santrock, 2012). Tahap operasional formal ditandai dengan adanya kemampuan kognitif untuk belajar berpikir secara abstrak dan logis. Pada tahap ini, mahasiswa diharapkan dapat menyusun rencana-rencana yang dapat digunakan untuk menyelesaikan masalah dan mempersiapkan masa depan.

### 2.2.2. Ciri-ciri Mahasiswa

Mahasiswa dapat dikategorikan sebagai pelajar dewasa (Supratiknya, 2006). Daines, Daines & Graham (dalam Supratiknya, 2006) mengatakan bahwa ciri-ciri mahasiswa adalah sebagai berikut:

- a. Memiliki cukup banyak pengetahuan dan pengalaman yang relevan dengan apa yang mereka pelajari sekarang dan mampu mentransfer pengetahuan dan pengalamannya pada proses belajar.
- b. Memiliki sikap, gaya berpikir dan cara-cara dalam menjalankan tugas yang relative menetap sebagai ciri khas masing-masing serta yang akan memudahkan mereka dalam menghadapi situasi dan tuntutan-tuntutan baru.
- c. Mereka dapat dan senang diberi kesempatan untuk bertanggung jawab.

### 2.3. Gambaran *Self Regulted Learning* pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bosowa

Pada kenyataannya, cukup banyak mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam memenuhi pola belajar di perguruan tinggi. Misalnya, sebagian mahasiswa belum mampu melakukan pengaturan diri dan waktu dalam memenuhi tugas-tugas perkuliahan. Hal ini mengakibatkan terjadinya cara belajar yang *instant* sehingga proses pembelajaran menjadi kurang bermakna. Kondisi tersebut disebabkan karena mahasiswa kurang

memiliki keterampilan tentang bagaimana caranya belajar (*how to learn*) yang mencakup pemahaman tentang kemampuann berpikir, proses berpikir, dan motivasi untuk tujuan dalam proses belajar.

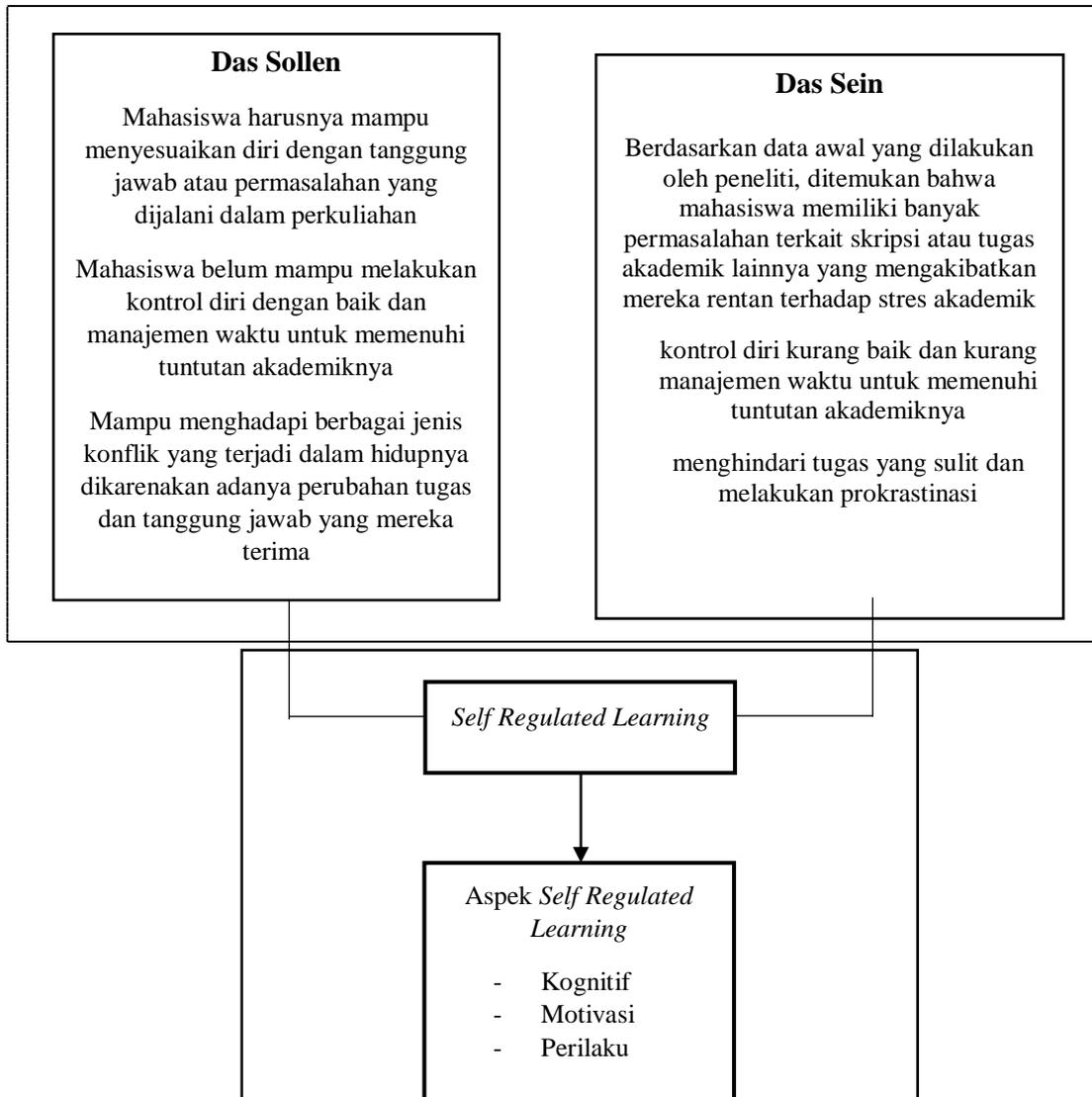
Berdasarkan pemaparan diatas, hal ini di dukung dari survey data awal yang telah dilakukan peneliti kepada 29 mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas Bosowa ditemukan bahwa 27 diantaranya merasa kesulitan dengan banyaknya tugas yang diterima pada bangku perkuliahan. Mereka menyatakan bahwa sering mengalami kesulitan ketika mengerjakan tugas dikarenakan tugas yang terlalu banyak dan waktu pengerjaan yang terbilang cepat. Selain itu, mereka mengatakan bahwa merasa malas mengerjakan tugas ketika kesulitan dalam mencari referensi.

*Self regulated learning* meliputi strategi-strategi motivasional dan belajar hingga mencapai derajat dimana pembelajar menjadi lebih aktif secara motivsional, metakognitif dan behavioral dalam proses belajar mereka sendiri (Zimmerman dan Pintrich dalam Kosmin, 2007). Strategi motivasional adalah strategi-strategi yang digunakan pembelajar untuk mengatasi stres dan emosi-emosi yang terkadang muncul ketika mereka berusaha untuk menghadapi kegagalan dan menjadi pembelajar yang baik. Sementara yang dimaksud dengan strategi belajar adalah metode-metode yang digunakan pembelajar untuk meningkatkan pemahaman, integrasi, serta intensi informasi-informasi baru yang mereka peroleh dalam proses belajar (Kosmin, 2007).

Individu yang memiliki *self regulated learning* yang tinggi juga lebih memahami peran yang dijalani dan melaksanakan fungsi adaptif dalam mengatasi stressor yang ada (Buckner, Mezzacappa, & Beardslee, 2009). Sedangkan individu yang *self regulated learning*-nya bermasalah cenderung menunjukkan pembelajaran yang lebih negatif seperti melakukan prokrastinasi dan memiliki *self-efficacy* yang rendah (Struck & Steele, 2011).

Terdapat penelitian yang membahas mengenai stres akademik yang dialami mahasiswa dengan *self regulated learning*. Salah satu penelitian sebelumnya ialah penelitian yang dilakukan oleh Qalbu (2018), dimana hasil penelitiannya mengatakan bahwa terdapat hubungan negatif signifikan antara *self regulated learning* dengan stres akademik pada siswa Sekolah Menengah Atas, dimana siswa-siswa yang mengalami stress dapat menerapkan strategi *self regulated learning* sehingga menurunkan tingkat stress yang dirasakannya. Karena dengan adanya strategi *self regulated learning*, siswa akan menentukan sendiri kondisinya agar belajar secara maksimal dan menerapkan strategi yang tepat saat dihadapkan pada situasi yang dianggap sukar.

## 2.4. Kerangka Penelitian



Keterangan:



= Fenomena Penelitian



= Variabel Penelitian

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Pendekatan Penelitian**

Pendekatan penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian dengan metode kuantitatif. Metode penelitian dengan pendekatan kuantitatif memusatkan pada analisis data kuantitatif yang dikumpulkan sesuai kaidah pengukuran dan diolah melalui metode analisis statistik. Metode penelitian kuantitatif menggunakan instrumentt penelitian sebagai alat pengumpulan data pada populasi atau sampel tertentu (Sugiyono, 2014).

#### **3.2 Variabel Penelitian**

Variabel merupakan pokok dan objek yang menjadi pusat penelitian. Komponen ini penting digunakan untuk mengambil kesimpulan penelitian. Variabel penelitian adalah sebuah aturan yang diterapkan oleh peneliti agar dapat diteliti dan dipelajari, untuk memperbanyak informasi terkait penelitian tersebut, sehingga dapat diterapkan dalam aspek pendidikan dan dapat memberikan masukan dan kesimpulan yang di diperoleh (Sugiyono, 2014).

#### **3.3 Definisi Variabel**

##### **3.3.1 Definisi Konseptual**

###### **1. *Self Regulated Learning***

Zimmerman (2002) menyatakan bahwa *self regulated learning* ialah suatu strategi belajar yang dilakukan dimana siswa dibimbing mulai dari cara berfikir dan belajar agar dapat mempunyai motivasi

kuat untuk belajar dan selalu aktif dalam proses pembelajaran. *Self regulated learning* meliputi perencanaan dan mengelola waktu, keyakinan yang positif akan kemampuan yang dimiliki, memiliki konsentrasi serta dapat fokus pada pengaruh positif dan negative seperti kegagalan dan keberhasilan.

### **3.3.2 Definisi Operasional**

#### **1. *Self Regulated Learning***

*Self regulated learning* merupakan proses aktif dengan tujuan agar individu berupaya dalam mengontrol diri, mengatur atau meregulasi, mengontrol pikiran, perilaku dan dorongan yang nantinya akan diarahkan dengan tujuan yang sudah ada berdasarkan dengan konteks lingkungan belajarnya.

## **3.4 Populasi dan Sampel**

### **3.4.1 Populasi**

Populasi merupakan sebuah kelompok yang sesuai dengan subjek penelitian yang akan digunakan sebagai generalisasi pada hasil penelitian (Azwar, 2017). Populasi tidak hanya sebuah jumlah yang ada pada subjek penelitian, namun mencakup semua hal yang sesuai dengan kriteria yang dimiliki oleh subjek yang akan diteliti (Sugioyono, 2013). Populasi pada penelitian ini yakni Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar dengan jumlah anggota populasi tidak diketahui.

### 3.4.2 Sampel

Sampel adalah sebagian kecil dari kuantitas dan kriteira yang terdapat dalam suatu populasi. Jika populasiya besar, maka peneliti tidak mungkin menganalisis semua yang mencakup populasi, misalnya karena keterbatasan waktu, keterbatasan tenaga dan keterbatasan dana, maka peneliti tetap dapat mengambil sampel yang diperoleh dari populasi tersebut (Sugiyono, 2013). Sampel dalam penelitian ini berjumlah 243 mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bosowa.

### 3.4.3 Teknik Pengambilan Sampel

Sampel dapat ditentukan dengan menggunakan menggunakan teknik *sampling probability sampling* dan *non-probability sampling*. Teknik *Probability sampling* adalah suatu teknik pengambilan sampel yang memberikan peluang kepada setiap anggota atau yang terdapat dalam populasi memiliki kesempatan yang sama untuk dipilih sebagai sampel. Sedangkan, teknik *non-probability sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang setiap anggota dalam populasi itu memiliki peluang sampel yang berbeda (Sugiyono, 2013).

Berdasarkan hal tersebut, peneliti menggunakan Teknik *non-probability sampling*. *Non-probability sampling* digunakan oleh peneliti karena tidak diketahuinya jumlah pasti dari populasi. Adapun kriteria sampel pada penelitian ini yaitu:

1. Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar
2. Berusia 18-25 tahun

### 3.5 Teknik Pengumpulan Data

Sugiyono (2013) mengatakan bahwa pengumpulan data didefinisikan sebagai salah satu langkah dalam menyusun suatu penelitian, hal ini ditujukan untuk memperoleh data bagi peneliti, dalam penelitian ini peneliti memperoleh data dengan menyebarkan instrument penelitian berupa pemberian angket (*questionnaire*) untuk mengetahui kesesuaian dari karakteristik sampel yang telah ditentukan oleh peneliti. Peneliti menggunakan jenis skala *Likert* dalam mengukur atribut penelitian.

Skala *Likert* adalah skala yang digunakan untuk mengukur pendapat, sikap, atau persepsi individu atau kelompok individu dalam fenomena sosial. Fenomena sosial sebelumnya telah ditetapkan terlebih dahulu oleh peneliti dan disebut juga sebagai variabel penelitian. Dengan menggunakan skala *Likert*, maka variabel yang ingin diukur diuraikan menjadi indikator pengukuran (variabel). Kemudian, indikator variabel dijadikan sebagai pusat untuk menyusun atau membuat item-item instrumen yang biasanya berupa pernyataan atau pertanyaan (Sugiyono, 2013).

Pada penelitian ini, peneliti menyebarkan instrument penelitian dengan metode penyebaran skala secara *online* dengan bantuan *google form*, dimana dalam penelitian ini peneliti menggunakan skala *self regulated learning*.

#### 1. *Self Regulated Learning*

Teknik pengumpulan data dilakukan menggunakan instrument skala yang telah di adaptasi oleh Sitti Azzahrah Abdullah (2019) berdasarkan teori Zimmerman (1989) dengan reliabilitas 0,788. Skala ini bertujuan untuk mengukur atau mengetahui tingkat perilaku *self regulated learning*. Skala ini tersusun dari 3 aspek yaitu aspek kognitif, aspek motivasi dan aspek perilaku dengan 4 pilihan jawaban yakni SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju) dan STS (Sangat Tidak Setuju).

Tabel 3. 1 *Blue Print Self Regulated Learning*

Aspek	Indikator	<i>Fav</i>	<i>Unfav</i>	Total
<b>Kognitif</b>	Keterampilan perencanaan	6, 12	-	<b>2</b>
	Kemampuan mengevaluasi	1, 7, 13	18	<b>4</b>
<b>Motivasi</b>	Keinginan dan bertahan menyelesaikan tugas	2, 8, 14	19	<b>4</b>
	Fokus pada tujuan / target	3, 9, 15	20	<b>4</b>
<b>Perilaku</b>	Mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan	4, 10, 16	21	<b>4</b>
	Mampu mengontrol / mengatur perilaku	5, 11, 17	22	<b>4</b>
<b>Total</b>				<b>22</b>

### 3.6 Uji Instrumen

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yakni skala *self regulated learning*. Skala *self regulated learning* merupakan skala siap sebar hasil adaptasi oleh Sitti Azzahra Abdullah (2019).

#### 3.6.1 Uji Validitas

Azwar (2017) menyatakan bahwa validitas merupakan instrumen yang digunakan untuk mengukur secara akurat apa yang akan diukur.

Penelitian ini menggunakan dua macam validitas yaitu validitas isi dan validitas konstruk untuk menyusun instrumen penelitian.

### 3.6.1.1 Validitas Konstruk

Validitas konstruk digunakan untuk mengukur sejauh mana item dalam tes berkorelasi tinggi dengan konstruk teori yang akan menjadi dasar dari penyusunan tes (Azwar, 2017). Dalam penelitian ini, validitas konstruk menggunakan teknik CFA (*Confirmatory Factor Analysis*) pada aplikasi Lisrel 8.70. Dapat dikatakan valid jika nilai faktor *loading* bernilai positif dan nilai *t-value*  $> 1.96$ . Apabila keduanya terpenuhi, maka item tersebut dikatakan valid. Untuk mendapatkan hasil validitas skala yang diadaptasi menggunakan beberapa cara pengulangan syntax untuk memperoleh angka *p-value*  $> 0.05$  angka RMSEA  $< 0.05$  sebagai standar validitas suatu alat tes. Adapun skala yang diadaptasi adalah *self regulated learning*.

Hasil validitas skala *self regulated learning* yang dilakukan peneliti memperoleh angka *p-value* 0.07 dimana hasil tersebut telah memenuhi standar validitas suatu alat tes karena memperoleh angka  $> 0.05$ . Sedangkan untuk RMSEA memperoleh angka 0.024 dimana hasil tersebut telah memenuhi standar validitas suatu tes karena memperoleh angka  $< 0.05$ . Sehingga, dapat disimpulkan bahwa 22 item skala yang digunakan dinyatakan valid dan layak digunakan.

### 3.6.2 Uji Reliabilitas

Azwar (2017) menyatakan bahwa uji reliabilitas mengacu pada konsistensi hasil ukur dengan tujuan untuk mengetahui seberapa tinggi kecermatan pada pengukuran. Untuk mengukur reliabilitas dapat menggunakan program *SPSS 20 For windows* untuk menganalisis dan mengolah data yang telah diperoleh. Adapun teknik analisis reliabilitas yang paling sering digunakan oleh penelitian yaitu *Cronbach Alpha* yang mana dapat diketahui bahwa alat ukur yang digunakan reliabel ketika nilai *Cronbach Alpha*  $> 0.845$ .

## 3.7 Teknik Analisis Data

Dalam penelitian dengan metode kuantitatif, analisis data didefinisikan sebagai suatu kegiatan yang dilakukan setelah seluruh data dari semua responden atau sumber lain telah dikumpulkan. Azwar (2017) menyatakan bahwa teknik analisis data merupakan proses mengelompokkan suatu data agar data tersebut dapat digunakan, dibaca dan dipahami oleh pembaca.

### 3.7.1 Analisis Deskriptif

Azwar (2017) menyatakan bahwa uji deskriptif ialah penelitian yang memiliki tujuan untuk memberikan gambaran (deskripsi) mengenai data penelitian. Analisis deskriptif dilakukan untuk menganalisis data yang telah dikumpulkan sebagaimana mestinya tanpa membuat suatu kesimpulan. Analisis deskriptif meliputi nilai *mean*, standar deviasi, skor tertinggi, distribusi frekuensi dan presentase.

### 3.8 Jadwal Penelitian

Jadwal penelitian yang dilakukan oleh peneliti yang mana terhitung dari awal penyusunan proposal sampai penyusunan laporan penelitian, sebagai berikut:

Tabel 3.2 Jadwal Penelitian

<b>Kegiatan</b>	<b>April</b>	<b>Mei</b>	<b>Juni</b>	<b>Juli</b>	<b>Agustus</b>
<b>Penyusunan Proposal</b>					
<b>Penyusunan Skala</b>					
<b>Uji Instrument</b>					
<b>Pengambilan Data</b>					
<b>Pengimputan Data</b>					
<b>Penyusunan Laporan Penelitian</b>					

## BAB IV

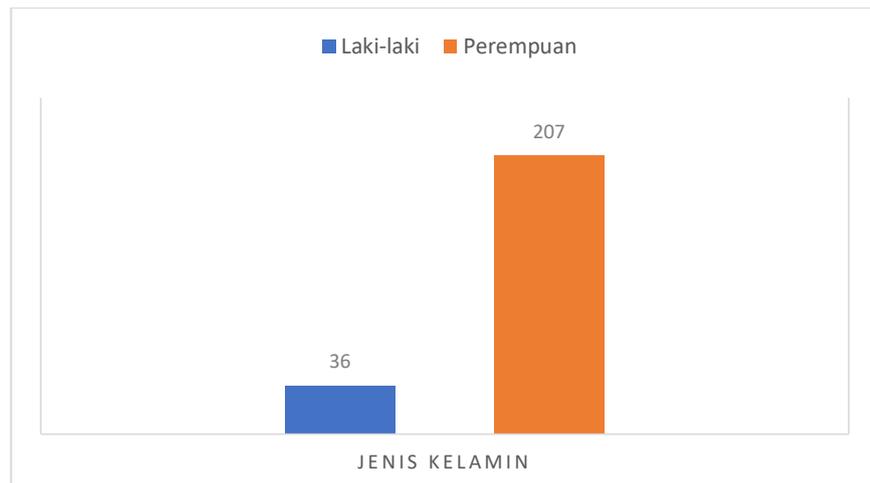
### HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN

#### 4.1 Hasil Analisis

Peneliti mengumpulkan sebanyak 243 mahasiswa dengan rentang usia 18-25 tahun sebagai responden. Responden yang di kumpulan oleh peneliti dikategorikan dalam usia dewasa awal atau berstatus mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar. Berikut hasil dari data yang telah dikumpulkan langsung oleh peneliti.

##### 4.1.1 Hasil Analisis Deskriptif Demografi

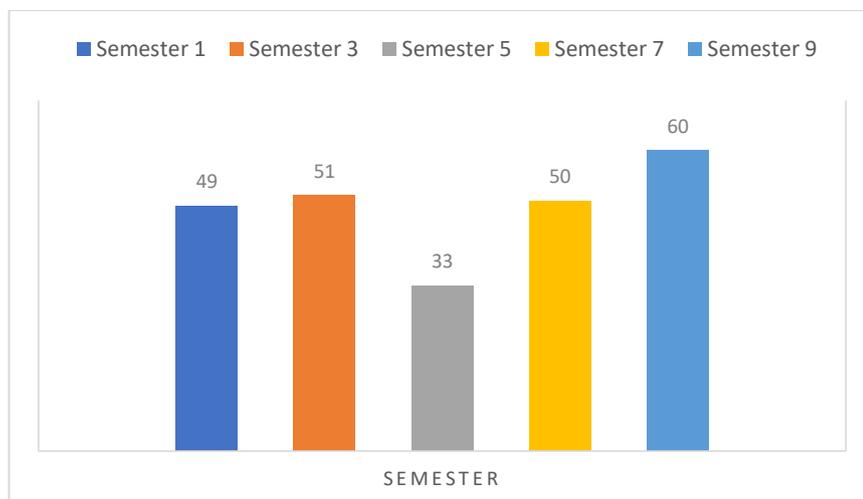
###### 1. Jenis Kelamin



Gambar 4.1 Gambaran Umum Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan Gambar diatas, responden pada penelitian ini terdiri dari 243 orang, dimana responden dengan jenis kelamin laki-laki berjumlah 36 orang (14.8%) dan responden perempuan berjumlah 207 orang (85.2%).

## 2. Semester



Gambar 4.2 Gambaran Umum Subjek Berdasarkan Semester

Responden pada penelitian ini sebanyak 243 orang, adapun jumlah responden pada semester 1 berjumlah 49 orang (20.2%), responden pada semester 3 berjumlah 51 orang (21%), responden pada semester 5 berjumlah 33 orang (13.6%), responden pada semester 7 berjumlah 50 orang (20.6%), dan responden pada semester 9 berjumlah 60 orang (24.7%).

### 4.1.2 Hasil Analisis Deskriptif Variabel

#### 1. Deskriptif *Self Regulated Learning*

Tabel 3.3 Hasil Analisis Deskriptif *Self Regulated Learning*

Jumlah Sampel	Distribusi Skor		Mean	SD
	Min	Maks		
243	44	88	66.16	7.47

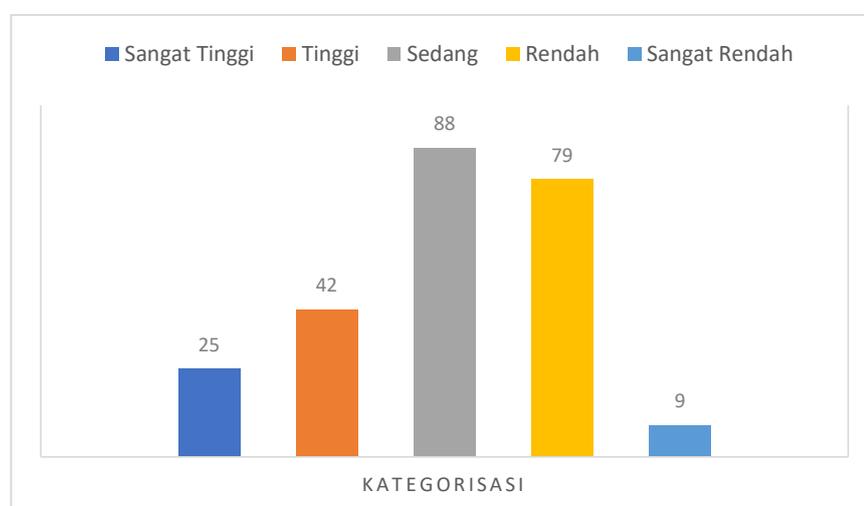
Berdasarkan table diatas dapat diketahui bahwa jumlag responden 243 orang dengan nilai minimum 44 dan nilai maksimum 88. Berdasarkan jumlah item tersebut maka dapat

diketahui rata-rata dari data *self regulated learning* yang diperoleh ialah 66.16 dan standar deviasi ialah 7.47. Tabel dibawah ini akan menunjukkan kategorisasi yang diperoleh responden. Dimana kategorisasi akan dibagi dalam 5 jenis yakni sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah dengan rumus sebagai berikut:

Tabel 3.4 Kategorisasi *Self Regulated Learning*

Batas Kategori	Interval	Kategorisasi
$X > \bar{X} + 1,5 \sigma$	$X > 77.36$	Sangat Tinggi
$\bar{X} + 0,5 \sigma < X < \bar{X} + 1,5 \sigma$	$69.89 < X < 77.36$	Tinggi
$\bar{X} - 0,5 \sigma < X < \bar{X} + 0,5 \sigma$	$62.42 < X < 69.89$	Sedang
$\bar{X} - 1,5 \sigma < X < \bar{X} - 0,5 \sigma$	$54.96 < X < 62.42$	Rendah
$X < \bar{X} - 1,5 \sigma$	$X < 54.96$	Sangat Rendah

Adapun distribusi kategorisasi tingkat skor *self regulated learning* mahasiswa adalah sebagai berikut:



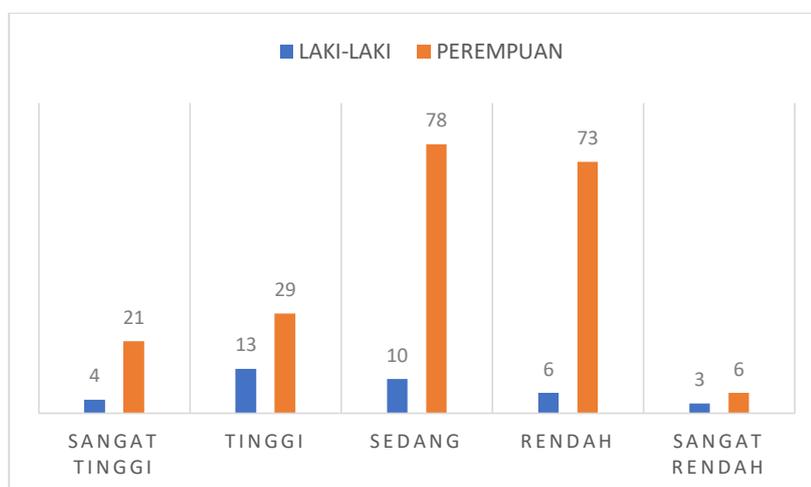
Gambar 4.3 Distribusi Frekuensi Skor Variabel *Self Regulated Learning* Berdasarkan Kategori

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi kategorisasi diatas, diketahui bahwa *self regulated learning* rata-rata mahasiswa yang berkuliah di Kota Makassar masuk pada kategori sedang. Hal ini dibuktikan dari nilai *mean* yang diperoleh 66.16, berada pada rentang skor antara 62.42 - 69.89. Apabila diuraikan secara rinci, grafik distribusi frekuensi berdasarkan kategori sangat tinggi terdiri dari 25 orang (10.3%), kategori tinggi terdiri dari 42 orang (17.3%), kategori sedang terdapat 88 orang (36.2), kategori rendah terdiri dari 79 orang (32.5%), dan sangat rendah terdiri dari 9 orang (3.7%). Maka, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar berada di tingkat *self regulated learning* kategori sedang.

#### 4.1.3 Hasil Analisis Deskriptif Variabel berdasarkan Demografi

##### 1. Deskripsi *Self Regulated Learning* berdasarkan Demografi

##### a. Deskriptif *Self Regulated Learning* berdasarkan Jenis Kelamin



Gambar 4.4 Kategorisasi *Self Regulated Learning* Berdasarkan Jenis Kelamin

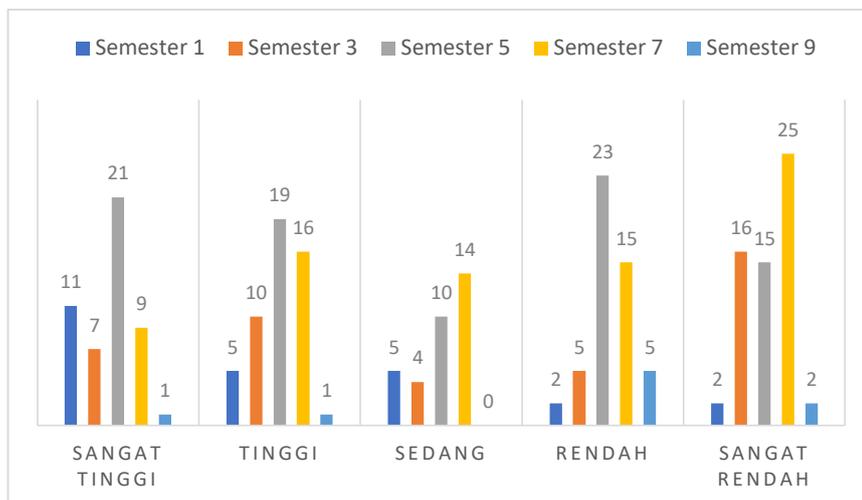
Berdasarkan kategorisasi variabel *self regulated learning* dari 243 responden berdasarkan demografi jenis kelamin, didapatkan hasil bahwa rata-rata responden dengan jenis kelamin laki-laki berada pada kategori tinggi dan jenis kelamin perempuan terdapat di kategori sedang. Hal ini dilihat pada gambar diatas bahwa responden dengan jenis kelamin laki-laki berjumlah 13 orang berada pada kategori tinggi dan perempuan berjumlah 78 orang yang berada pada kategori sedang.

Berdasarkan distribusi frekuensi kategorisasi diatas terlihat bahwa dari jumlah keseluruhan responden yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 36 orang, dimana yang ada di kategori sangat tinggi terdiri dari 4 orang, yang ada di kategori tinggi terdiri dari 13 orang, yang ada di kategori sedang terdiri dari 10 orang, yang ada di kategori rendah terdiri dari 6 orang, dan yang terdapat dalam kategori sangat rendah terdiri dari 3 orang.

Adapun responden dengan jenis kelamin perempuan terdiri dari 207 orang, dimana terdapat 21 orang pada kategori sangat tinggi, terdapat 29 orang terdapat pada kategori tinggi, terdapat 78 orang terapat di kategori sedang, terdapat 73 orang yang

ada di kategori rendah, dan terdapat 6 orang yang ada di kategori sangat rendah.

**b. Deskripsi *Self Regulated Learning* berdasarkan Semester**



Gambar 4.5 Kategorisasi *Self Regulated Learning* Berdasarkan Semester

Berdasarkan kategorisasi variabel *self regulated learning* dari 243 responden berdasarkan Semester, diketahui bahwa rata-rata responden tiap Semester berada pada kategori sedang dan rendah. Dilihat pada gambar diatas, dimana pada Semester 1 sebanyak 21 orang yang berada pada kategori sedang, pada Semester 3 sebanyak 19 orang yang berada pada kategori sedang, pada Semester 5 sebanyak 14 orang yang berada pada kategori rendah, pada Semester 7 sebanyak 23 orang yang berada pada kategori sedang, dan pada Semester 9 sebanyak 25 orang yang berada pada kategori rendah.

Berdasarkan distribusi frekuensi kategorisasi diatas, diketahui bahwa pada Semester 1 sebanyak 11 orang yang berada pada kategori sangat tinggi, sebanyak 7 orang yang berada pada kategori tinggi, sebanyak 21 orang yang berada pada kategori sedang, sebanyak 9 orang yang berada pada kategori rendah, dan sebanyak 1 orang yang berada pada kategori sangat rendah.

Berdasarkan distribusi frekuensi kategorisasi diatas, diketahui bahwa pada Semester 3 terdapat 5 orang yang berada pada kategori sangat tinggi, sebanyak 10 orang yang berada pada kategori tinggi, sebanyak 19 orang yang berada pada kategori sedang, sebanyak 16 orang berada pada kategori rendah, dan sebanyak 1 orang yang berada pada kategori sangat rendah.

Berdasarkan distribusi frekuensi kategorisasi diatas, diketahui bahwa pada Semester 5 terdapat 5 orang yang berada pada kategori sangat tinggi, sebanyak 4 orang yang berada pada kategori tinggi, sebanyak 10 orang yang berada pada kategori sedang, sebanyak 14 orang yang berada pada kategori rendah, dan tidak ada yang terdapat pada kategori sangat rendah.

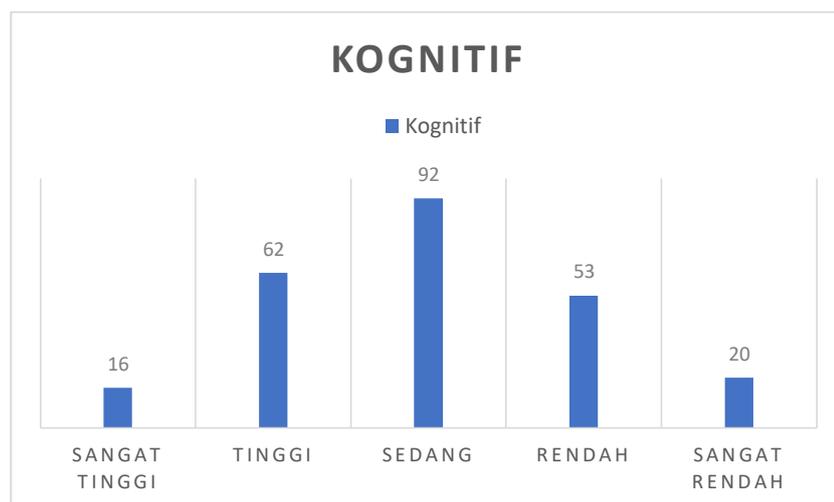
Berdasarkan distribusi frekuensi kategorisasi diatas, diketahui bahwa pada Semester 7 terdapat 2 orang yang berada pada kategori sangat tinggi, sebanyak 5 orang yang berada pada kategori tinggi, sebanyak 23 orang berada pada kategori sedang, sebanyak 15 orang

yang berada pada kategori rendah, dan sebanyak 5 orang yang berada kategori sangat rendah.

Berdasarkan distribusi frekuensi kategorisasi diatas, diketahui bahwa pada Semester 9 terdapat 2 orang yang berada pada kategori sangat tinggi, sebanyak 16 orang yang berada pada kategori tinggi, sebanyak 15 orang yang berada di kategori sedang, sebanyak 25 orang yang berada pada kategori rendah, dan sebanyak 2 orang yang berada pada kategori sangat rendah.

#### 4.1.4 Hasil Analisis Deskriptif Variabel berdasarkan Aspek *Self Regulated Learning*

##### 1. Hasil Analisis Deskriptif Variabel berdasarkan Aspek Kognitif

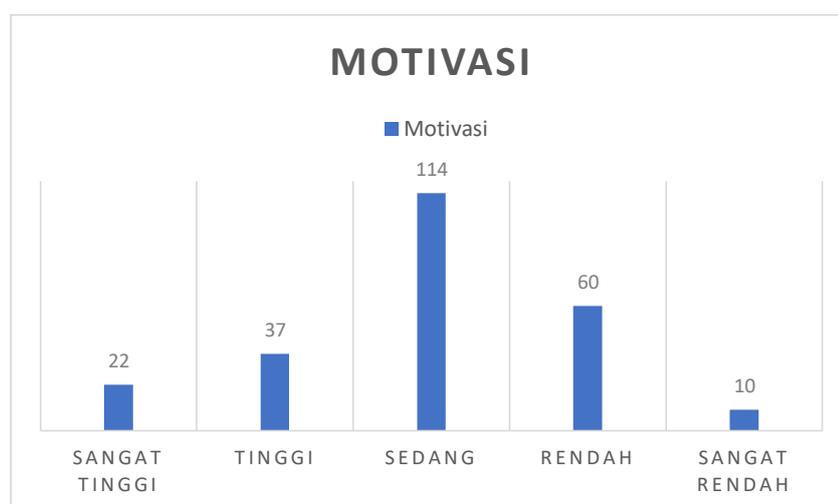


Gambar 4.6 Hasil Analisis Deskriptif Variabel berdasarkan Aspek Kognitif

Berdasarkan kategorisasi variabel *self regulated learning* dari 243 responden berdasarkan aspek kognitif, diketahui bahwa rata-

rata mahasiswa berada pada kategori sedang. Dimana terdapat 16 orang yang termasuk dalam kategori sangat tinggi, terdapat 62 orang termasuk dalam kategori tinggi, terdapat 92 orang termasuk dalam kategori sedang, terdapat 53 orang berada dalam kategori rendah, dan terdapat 20 orang berada pada kategori sangat rendah.

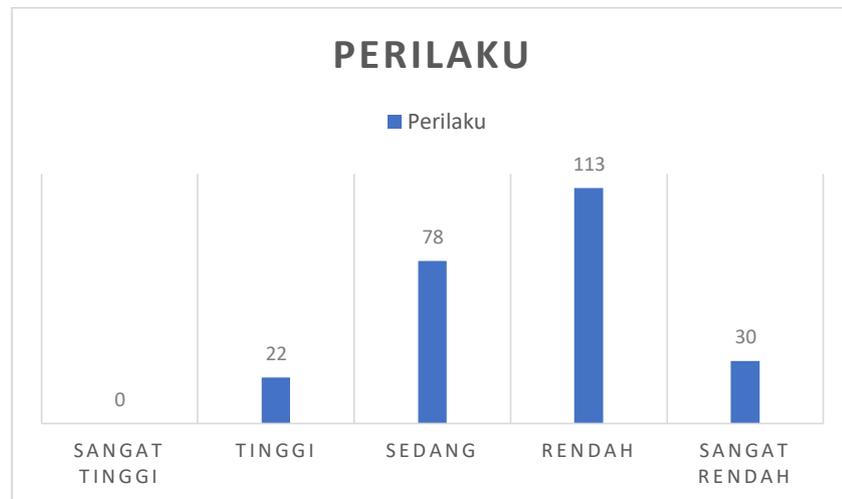
## 2. Hasil Analisis Deskriptif Variabel berdasarkan Aspek Motivasi



Gambar 4.7 Hasil Analisis Deskriptif Variabel berdasarkan Aspek Motivasi

Berdasarkan kategorisasi variabel *self regulated learning* dari 243 responden berdasarkan aspek motivasi, diketahui bahwa rata-rata mahasiswa berada pada kategori sedang. Dimana terdapat 22 orang yang termasuk dalam kategori sangat tinggi, terdapat 37 orang termasuk dalam kategori tinggi, terdapat 114 orang termasuk dalam kategori sedang, terdapat 60 orang berada dalam kategori rendah, dan terdapat 10 orang berada pada kategori sangat rendah.

### 3. Hasil Analisis Deskriptif Variabel berdasarkan Aspek Perilaku



Gambar 4.8 Hasil Analisis Deskriptif Variabel berdasarkan Aspek Perilaku

Berdasarkan kategorisasi variabel *self regulated learning* dari 243 responden berdasarkan aspek perilaku, diketahui bahwa rata-rata mahasiswa berada pada kategori rendah. Dimana tidak ada yang termasuk dalam kategori sangat tinggi, terdapat 22 orang termasuk dalam kategori tinggi, terdapat 78 orang termasuk dalam kategori sedang, terdapat 113 orang berada dalam kategori rendah, dan terdapat 30 orang berada pada kategori sangat rendah.

#### 4.2 Pembahasan

*Self regulated learning* didefinisikan sebagai suatu proses dimana siswa mampu dan berkontribusi secara aktif saat proses belajar, baik itu secara metakognisi, dorongan, dan behavior (Zimmerman, 1989). Mahasiswa

dengan *self regulated learning* tinggi atau baik dalam belajar, maka Ia akan berupaya untuk mendorong dirinya sendiri untuk terus belajar serta mengatur gaya atau cara belajarnya. Sehingga, mahasiswa akan berupaya untuk menyusun jadwal dalam belajar, mempunyai strategi belajar, memonitor saat belajar, serta Ia akan mengatur proses pembelajarannya sendiri. Meskipun tugas-tugas yang dihadapi dirasa sukar, mereka tetap mampu menambah dorongan belajarnya agar menggapai tujuan belajar hingga mendapat prestasi.

Penjelasan diatas sesuai dengan pendapat dari Anggelika (dalam Lidiawati & Helsa, 2021) dimana Ia mengungkapkan bahwa apabila individu memiliki *self regulated learning* maka individu itu akan bersungguh-sungguh dalam mencapai prestasi akademik tinggi. Dikarenakan individu tersebut telah menyadari tanggung jawabnya dan lebih paham dengan metode belajar yang dibuat. Sedangkan, individu yang kurang dalam strategi *self regulated learning* maka dapat diartikan bahwa individu tersebut harus didampingi dan hanya bergantung pada orang lain dalam proses belajarnya. *Self regulated learning* menekankan pada keaktifan individu dalam melakukan proses belajar mandiri.

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan oleh peneliti mengenai gambaran *self regulated learning* yang diperoleh dari 243 responden mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar, telah dikategorikan menjadi lima yakni sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah. berdasarkan kategori sangat tinggi terdiri dari 25 orang

(10.3%), kategori tinggi terdiri dari 42 orang (17.3%), kategori sedang terdapat 88 orang (36.2), kategori rendah terdiri dari 79 orang (32.5%), dan sangat rendah terdiri dari 9 orang (3.7%). Maka, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar berada di tingkat *self regulated learning* kategori sedang.

Adapun kategorisasi variabel *self regulated learning* dari 243 responden berdasarkan demografi jenis kelamin, didapatkan hasil bahwa responden dengan jenis kelamin laki-laki berada pada kategori tinggi dan jenis kelamin perempuan terdapat di kategori sedang. Hal ini dilihat pada penjelasan diatas bahwa responden dengan jenis kelamin laki-laki berjumlah 13 orang berada pada kategori tinggi dan perempuan berjumlah 78 orang yang berada pada kategori sedang.

Kemudian, kategorisasi variabel *self regulated learning* dari 243 responden berdasarkan Semester, diketahui bahwa rata-rata responden tiap Semester berada pada kategori sedang dan rendah. Dilihat pada penjelasan sebelumnya, dimana pada Semester 1 sebanyak 21 orang yang berada pada kategori sedang, pada Semester 3 sebanyak 19 orang yang berada pada kategori sedang, pada Semester 5 sebanyak 14 orang yang berada pada kategori rendah, pada Semester 7 sebanyak 23 orang yang berada pada kategori sedang, dan pada Semester 9 sebanyak 25 orang yang berada pada kategori rendah.

*Self regulated learning* memiliki tiga aspek yaitu kognitif, motivasi dan perilaku. Berdasarkan hasil analisis deskriptif dari aspek *self regulated*

*learning* pada aspek kognitif diperoleh bahwa terdapat 92 mahasiswa berada pada kategori skor sedang, pada aspek motivasi terdapat 114 mahasiswa berada pada kategori sedang dan pada aspek perilaku terdapat 113 mahasiswa berada pada kategori rendah.

Kemampuan manajemen waktu sangat berperan dalam berhasil tidaknya mahasiswa dalam mengerjakan tugas akademiknya. Manajemen waktu seperti memanfaatkan waktu sebaik mungkin dengan mengoptimalkan tiap waktu melalui perencanaan setiap kegiatan yang akan dilakukan. Setiap mahasiswa akan mampu mengelola waktunya dengan benar untuk memenuhi aktivitasnya. Mahasiswa perlu mengatur waktu ketika mengerjakan tugas, dimana pada bangku perkuliahan memiliki banyak mata kuliah dan waktu pengumpulan tugas yang berdekatan menyebabkan kurangnya manajemen waktu yang dilakukan mahasiswa.

Kurangnya manajemen waktu itu dapat menyebabkan regulasi diri dalam belajar juga berantakan karena kegiatan belajar yang harusnya bisa diatur sendiri menjadi tidak teratur, seperti waktu belajar yang tidak terjadwalkan, pengerjaan tugas yang tertunda, tidak mengumpulkan tugas tepat pada waktunya dan masih banyak lagi. Hal ini bisa menyebabkan mahasiswa memiliki *self regulated learning* yang kurang baik.

Aisyah & Alfita (2017) mengemukakan bahwa regulasi diri dalam belajar yang baik adalah ketika individu mampu menggunakan metakognitifnya secara maksimal, mampu memotivasi dan berperilaku secara aktif dalam kegiatan belajar atau yang menyangkut akademik. Pada

hasil penelitian didapatkan bahwa 36.2% mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bosowa berada pada kategori sedang pada kemampuan *self regulated learning*-nya.

Adapun penelitian yang dilakukan oleh Kirana & Juliartiko (2021) bahwa ketika individu termotivasi untuk belajar, individu tersebut akan meluangkan lebih banyak waktu untuk belajar serta meningkatkan kemampuan *self regulated learning*-nya. Mahasiswa yang menjadi responden dalam penelitian ini memiliki motivasi sedang, hal ini dilihat dari hasil analisis deskriptif berdasarkan aspek motivasi memiliki rata-rata nilai dengan kategori sedang.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Hendirka (2022) dimana dalam penelitiannya mahasiswa memiliki kemampuan *self regulated learning* dengan kategori sedang dan tinggi. Hal yang dapat mempengaruhi *self regulated learning* mahasiswa mengacu pada strategi belajar atau tindakan pada perolehan informasi ataupun keterampilan yang melibatkan persepsi mahasiswa tersebut. Adapun penelitian yang dilakukan oleh Mulyani (2013) mendapatkan hasil dengan kategori sedang dan tinggi. Hal ini berarti bahwa mahasiswa dapat merencanakan, mengatur, dan mengontrol aktivitas belajar dengan baik, memiliki motivasi yang baik dan dapat mengarahkan perilakunya dalam menyusun strategi belajar dengan baik, sehingga dapat mencapai tujuan belajar yang diinginkan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti bahwa mahasiswa berada pada kategori sedang artinya mahasiswa sudah cukup mampu

memahami konsep belajar secara mandiri hanya saja masih perlu agar ditingkatkan lagi dengan motivasi dan perilaku agar strategi belajar mereka dapat membantunya dalam perkuliahan. Zimmerman (1989) mengatakan bahwa individu yang mempunyai *self regulated learning* tinggi adalah individu yang efektif dalam memanfaatkan potensi yang dimiliki untuk memonitor, mengatur dan mengontrol kognisi, motivasi, dan perilakunya dalam proses belajar.

#### **4.3 Limitasi Penelitian**

Penelitian ini tentunya memiliki kelebihan dari penelitian lainnya, namun penelitian ini juga tidak lepas pula dari kekurangan atau keterbatasan. Dalam penelitian ini hanya melihat *self regulated learning* mahasiswa Fakultas Psikologi di Universitas Bosowa saja, dimana pada Fakultas ini lebih didominasi perempuan. Selain itu, pada bagian demografi juga sangat sedikit padahal masih banyak demografi lain yang berhubungan dengan mahasiswa seperti suku, asal daerah, anak ke berapa, jumlah bersaudara dan masih banyak lainnya.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1. KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah ditemukan mengenai gambaran *self regulated learning* mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar dapat ditarik kesimpulan bahwa mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bosowa berada pada kategori sedang dengan presentase 36.2%. Apabila dilihat berdasarkan aspek, pada aspek kognitif berada pada kategori sedang, aspek motivasi berada pada kategori sedang dan aspek perilaku berada pada kategori rendah.

#### **5.2. SARAN**

##### **5.2.1. Bagi Mahasiswa**

Dalam penelitian ini ditemukan bahwa mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar berada pada kategori sedang, dari hasil ini maka diperlukan upaya untuk meningkatkan *self regulated learning* atau regulasi diri dalam belajarnya. Dimana, mahasiswa harus bisa mengontrol diri dan memotivasi diri agar dapat mencapai tujuan belajar atau prestasi belajar yang terbaik.

##### **5.2.2. Bagi Peneliti Selanjutnya**

- a. Penelitian ini hanya meneliti hanya di Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar saja, alangkah baiknya agar peneliti

selanjutnya dapat meneliti secara merata di Universitas lain yang ada di Kota Makassar.

- b. Penelitian ini hanya melihat gambaran *self regulated learning* saja, bagi peneliti selanjutnya diharapkan bisa meneliti variabel-variabel yang dapat mempengaruhi *self regulated learning* atau mengaitkannya dengan variabel lain seperti, motivasi, dukungan sosial, regulasi diri, dan kontrol diri.
- c. Penelitian ini menggunakan subjek mahasiswa, bagi peneliti selanjutnya dapat menggunakan subjek lain seperti siswa, mahasiswa berorganisasi, mahasiswa yang berkuliah sambil bekerja dan masih banyak lainnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, S., & Alfita, L. (2017). Strategy Self-Regulated Learning Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. *Jurnal Pendidikan Ilmu-Ilmu Sosial*, 9 (2), 202-212.
- Ambrawati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2017), Gambaran tingkat stres mahasiswa. *Jurnal Keperawatan*, 5(1). 40-47.
- Arbiyah, N., & Triatmoko, F. A. (2016). Pengembangan Skala Regulasi Diri dalam Pembelajaran Daring (Self-Regulated Online Learning Scale) pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi MIND SET*, 7 (2), 20-32.
- Awaliyah, A. & Listiyandini, R, (2017), Pengaruh rasa kesadaran terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa, *Jurnal Psikogenesis*, 5(1), 89-101.
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Boekaerts, M., Pintrich, P. R., dan Zeidner, M. (2000). *Handbook of Self Regulation*. California: Akademik Press.
- Buckner, J.C., Mezzacappa & Beardslee, W.R. (2009). Self-Regulation and Its Relations to Adaptive Functioning in Low Income Youths. *American Journal of Orthopsychiatry*, 79(1). 19-30
- Chen, C. S. (2000). *Self regulated learning strategies and achievement in an introduction to information systems course*. <http://www.asra.org/jtlp/chenspring2002.pdf>
- Dahlia, H., & Ilyas, A. (2021). Self-Regulated Learning Siswa SMP N 1 Lubuk Alung. *Jurnal Neo Konseling*, 3(2), 110-114.
- Deasyanti, D., & Armaeni, A. (2007). Self regulated learning pada mahasiswa fakultas ilmu Pendidikan universitas negeri Jakarta. *Perspektif Ilmu Pendidikan*. 16(8). 13-21.
- Destiasari, R., Warneri, W., & Syahrudin, H. (2019). Pengaruh Self Regulated Learning Terhadap Hasil Belajar Siswa di SMK. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 8 (12).
- Fasikhah, S. S., & Fatimah, S. (2013). Self-regulated learning (SRL) dalam meningkatkan prestasi akademik pada mahasiswa. *Jurnal ilmiah psikologi terapan*, 1 (1), 145-155.

- Fatimah, N. & Hawadi, L.F. (2019). The effect of self-regulated learning and tawakal (trust in god's plan) in learning towards students' academic stress. DOI 10.4108/eai.18-9-2019.2293465.
- Gunawati, R. S. & Listiara, A. (2006). Hubungan antara efektivitas komunikasi mahasiswa. dosen pembimbing utama skripsi dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. *Jurnal Psikologi Undip*, 3(2), 93-115.
- Hendrika, D. S. (2022). Gambaran Self Regulated Learning Pada Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 1(1), 60-66.
- Hurlock, B. E. (2006). Psikologi perkembangan. Jakarta: Erlangga
- Kadapatti, M. G., & Vijayalaxmi, A. H. M. (2012). Stressor of Academic Stress- A Study on Pre-University Students. *Indian Journal . Sci. Res*, 3(1), 171-175.
- Kerlin, B.A. (1992). Cognitive engagement style, self regulated learning and cooperative learning.
- Khoerunnisa, N., Rohaeti, E. E., & ayu Ningrum, D. S. (2021). Gambaran self regulated learning siswa terhadap pembelajaran daring pada masa pandemi covid 19. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan)*, 4(4), 298-308.
- Kirana, A., & Juliartiko, W. (2012). Self-regulated learning dan stress akademik saat pembelajaran daring di masa pandemi COVID-19 pada mahasiswa universitas X di Jakarta Barat. *Jurnal Psikologi*, 14(1), 52-61
- Lesmanawati, Y., Rahayu, W., Kadir, K., & Iasha, V. (2020). Pengaruh Self Regulated Learning terhadap Kemampuan Berpikir Kreatif Matematis Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 4 (3), 593-603.
- Lidiawati, K. R., & Helsa, H. (2021). Online learning during covid 19 pandemic: how self regulated learning strategies affect student engagement. *Psibernetika*, 14(1).
- Lubis, R. H., Lubis, L., & Aziz, A. A. A. (2015). Hubungan antara Dukungan Sosial dan Kecerdasan Emosional dengan Self-Regulated Learning Siswa. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 7(2), 105-117.
- Mathur, R., & Sharma, R. (2005). Academic stress ini relation with optimism and resilience. *International Research Journal of Interdisciplinary & Multidisciplinary Studies*. 1(7). 129-134.
- Montalvo, F. T. & Torres, M.C.G. (2004). *Self regulated learning: Current and future directions*. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 2 (1). 1-34.

- Mulya, H.,A, & Indrawati E.S. (2016). Hubungan antara motivasi berprestasi dengan stress akademik pada mahasiswa tingkat pertama fakultas psikologi universitas diponegoro semarang. *Jurnal Empati*. 5(2). 296-302.
- Mulyani, M. D. (2013). Hubungan antara manajemen waktu dengan self regulated learning pada mahasiswa. *Educational Psychology Journal*. 2(1). 43-48.
- Pintrich, P. R., Smith, D. A. F., Garcia, T., & McKeachie, W. J. (1991). *A manual for the use of the Motivated Strategies for Learning Questionnaire (MSLQ)*. Ann Arbor: University of Michigan, National Center for Research to Improve Postsecondary Teaching and Learning.
- Priskila, V., Savira, S.I. (2019). Hubungan antara *self regulated learning* dengan stres akademik pada siswa kelas xi sma negeri x tulungagung dengan sistem full day school. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 6(3).
- Qalbu, M.M. (2018). Hubungan antara *self regulated learning* dan goal orientation dengan stres akademik studi pada siswa sekolah menengah atas negeri 3 unggulan tenggarong. *Psikoborneo*,6 (2). 180-187.
- Rahmiyati, A. (2017). Pengaruh Self Regulated Learning terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas X pada Mata Pelajaran Ekonomi. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 6 (9).
- Rumiani, R. (2006). Prokrastinasi akademik ditinjau dari motivasi berprestasi dan stres mahasiswa. *None*, 3(2).
- Sagita, D., Dahamis, D., & Syahniar S. (2017). Hubungan self efficacy, motivasi berprestasi, prokrastinasi akademik dan stres akademik mahasiswa. *Bikotetik (Bimbingan dan Konseling: Teori dan Praktik)*. 1(2). 43-52.
- Santrock, J.W. (2008). Psikologi Pendidikan. Edisi Kedua. Jakarta: Prenada Media Group.
- Santrock, W. J. (2007). Remaja edisi sebelas jilid dua. Jakarta: Erlangga.
- Schunk, H. D. (2012). *Teori-teori Pembelajaran: Perspektif Pendidikan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Siswoyo, Dwi. (2007). Ilmu pendidikan. Yogyakarta: UNY Press.
- Sitti Azzahrah Abdullah. (2019). Hubungan Regulasi Diri dan Efikasi Diri terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa di Kota Makassar. Skripsi Psikologi.
- Slameto. (2003). *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Strunk, K.K. & Steele. (2011). Relative contributions of self-efficacy, self-regulation, and self-handicapping in predicting student procrastination. *Psychological Reports*. DOI 10.2466/07.09.20.PR0.109.6.983-989.

- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&B*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&B*. Bandung: Alfabeta.
- Sumia, D., Sandayanti, V., & Detty, A. U. (2020). Pengaruh teman sebaya dan regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 2(2), 10-17.
- Supratiknya, A. (2006). Konstrual diri dikalangan mahasiswa. *Jurnal Insan*. 14(2).
- Toering, T., Elferink-Gemser, M., Jordet, G., Jorna, C., Pepping, G. J., & Visscher, C. (2011). Self-regulation of practice behavior among elite youth soccer players: an exploratory observation study. *Journal of applied sport psychology*, 23 (1), 110-128.
- Winne, P. H. (1997). Experimenting to bootstrap self-regulation learning. *Journal of Education Psychology*, 89 (3), 397-410.
- Wolters, C. A. (2003). Regulation of motivation: Evaluating an underemphasized aspect of self-regulated learning. *Journal Educational Psychologist*, 38 (4), 189-205.
- Yudha, A., & Nugroho, F. (2019). Self regulated learning ditinjau dari efikasi diri siswa. *Jurnal Psikologi Jambi*. 4(1). 25-29.
- Zimmerman, B. J. (1989). A Social Cognitive View of Self-Regulated Academic Learning. *Journal of Educational Psychology*, 81 (3), 329- 339.
- Zimmerman, B.J. (1990). Self regulated learning and Academic Achievement : An Overview. *Educational Psychologist*, 25(1). 3-17.
- Zimmerman, B.J. (2002). Becoming a Self-Regulated Learner: An Overview Theory into Practice. *Journal of Educational Psychology*. 41 (2), 64-70.

**LAMPIRAN 1**  
**SKALA PENELITIAN**

## PENGANTAR SKALA PENELITIAN

### SKALA PENELITIAN PSIKOLOGI



Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Perkenalkan saya Nur Istiqama, Mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar. Saat ini, saya sedang melakukan pengambilan data dalam rangka pemenuhan tugas Akhir (Skripsi). Untuk itu saya memohon kesediaan saudara(i) untuk berkenan mengisi skala berikut.

Adapun kriteria untuk pengisian skala ini, yaitu :

1. Mahasiswa(i) aktif di Kota Makassar
2. Berusia 18-25 Tahun

Seluruh data yang saudara(i) berikan akan dijamin kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian semata. Dalam skala ini tidak terdapat jawaban yang salah atau benar sehingga silahkan saudara(i) mengisi skala ini sesuai dengan kondisi saudara(i) yang sebenarnya.

Apabila ada yang ingin ditanyakan, silahkan hubungi saya via email: [nuristiqamahamir@gmail.com](mailto:nuristiqamahamir@gmail.com)  
Terima kasih atas kesediaan saudara(i).

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Hormat saya,

**IDENTITAS RESPONDEN****IDENTITAS RESPONDEN**

Silahkan mengisi identitas Anda terlebih dahulu pada bagian yang telah disediakan.

Nama (Boleh Inisial) \*

Your answer

---

Jenis Kelamin \*

- Laki-laki
- Perempuan

Asal Universitas \*

- Universitas Bosowa
- Universitas Negeri Makassar
- Universitas Hasanuddin
- Universitas Muslim Indonesia
- Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar
- Universitas Fajar
- Other: \_\_\_\_\_

Fakultas \*

Your answer

---

Jurusan \*

Your answer

---

Semester \*

Your answer

---

## **PETUNJUK Pengerjaan Skala *SELF REGULATED LEARNING***

### PETUNJUK Pengerjaan Skala



Pada skala dibawah ini, terdapat beberapa pernyataan. Anda diminta untuk memilih salah satu dari pilihan jawaban sesuai dengan keadaan yang Anda rasakan. Skala ini bukanlah suatu tes, maka dari itu tidak ada jawaban benar ataupun salah.

Pilihlah Sangat Sesuai, jika pernyataan tersebut '**Sangat Sesuai**' dengan kondisi Anda yang sebenarnya.

Pilihlah Sesuai, jika pernyataan tersebut '**Sesuai**' dengan kondisi Anda yang sebenarnya.

Pilihlah Tidak Sesuai, jika pernyataan tersebut '**Tidak Sesuai**' dengan kondisi Anda yang sebenarnya.

Pilihlah Sangat Tidak Sesuai, jika pernyataan tersebut '**Sangat Tidak Sesuai**' dengan kondisi Anda yang sebenarnya.

**ITEM-ITEM PERNYATAAN SKALA**

Saya mengatur jadwal pengerjaan tugas saya di kampus. \*

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

Saya memeriksa kembali hasil pekerjaan untuk memastikan saya mengerjakan dengan benar. \*

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

Saya akan tetap menyelesaikan tugas walaupun film kesukaan saya sedang tayang. \*

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai



Saya akan belajar dengan maksimal untuk \*  
mendapatkan nilai yang baik.

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

Saya membuat catatan-catatan dan \*  
menempelkannya di dalam kamar agar  
mudah di baca dan mengingatnya.

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

Jika nilai ujian saya turun, saya akan lebih \*  
memperhatikan waktu belajar dan  
pengerjaan tugas saya.

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai



Saya mencari topik yang berhubungan dengan tugas yang akan saya kerjakan. \*

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

Setelah saya mengerjakan tugas perhitungan, saya akan menghitungnya kembali untuk memastikan. \*

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

Saya akan tetap berusaha menyelesaikan tugas walaupun tugasnya sulit. \*

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai



Saya sudah mengatur waktu dan kegiatan-kegiatan saya agar semuanya dapat terselesaikan. \*

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

Saya memberikan tanda (pada buku) untuk memudahkan saat saya membaca. \*

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

Saya membatasi waktu bersantai jika saya mempunyai banyak tugas. \*

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai



Saat ujian, saya akan mengerjakan soal yang mudah terlebih dahulu. \*

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

Jika tugas yang saya kerjakan salah, maka saya akan mencari jawaban yang benar. \*

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

Saya bisa menyelesaikan tugas sesuai waktu yang ditentukan. \*

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai



Saya mengunjungi perpustakaan dan mencari buku untuk mengerjakan tugas. \*

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

Saya selalu merapikan catatan-catatan agar mudah untuk membacanya. \*

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

Saya membaca buku-buku pelajaran saya sebelum tidur pada malam hari. \*

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai



**LAMPIRAN 2**

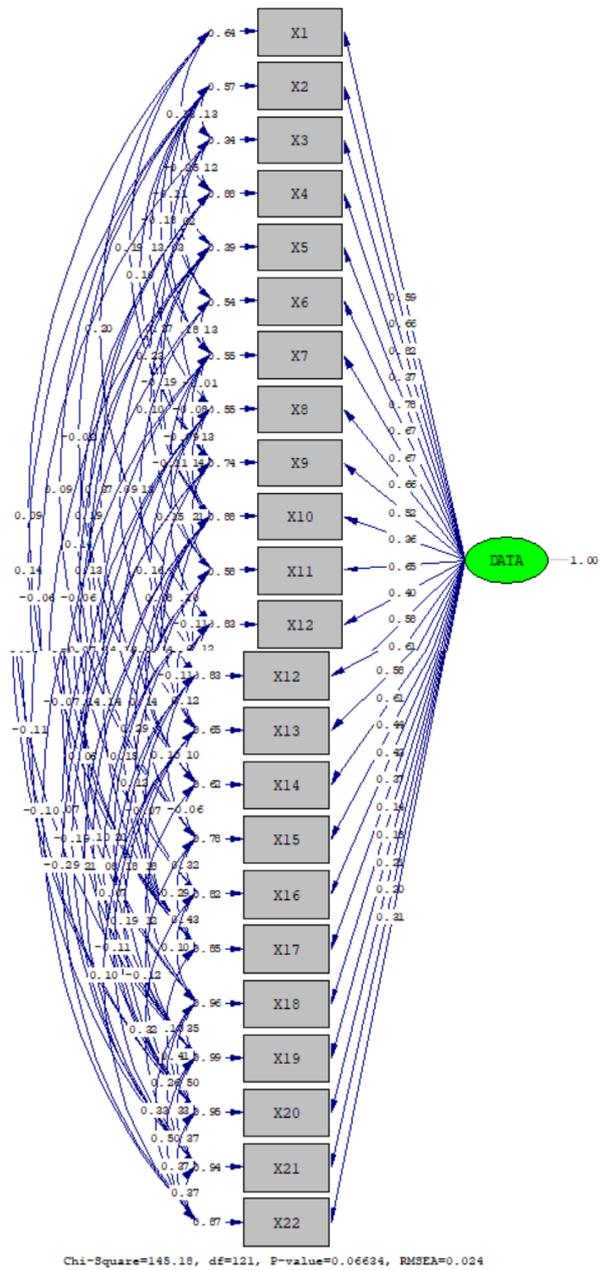
**Uji Reliabilitas dan Validitas**

## Uji Reliabilitas

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.845	22

## Uji Validitas



Number of Iterations = 20

LISREL Estimates (Maximum Likelihood)

LAMBDA-X

DATA

-----  
X1 0.59  
(0.05)  
11.97  
X2 0.66  
(0.05)  
12.48  
X3 0.82  
(0.05)  
17.76  
X4 0.37  
(0.05)  
7.06  
X5 0.78  
(0.05)  
16.48  
X6 0.67  
(0.05)  
13.57  
X7 0.67  
(0.05)  
13.16  
X8 0.66  
(0.05)  
13.34  
X9 0.52  
(0.05)  
9.91  
X10 0.36  
(0.05)  
6.60  
X11 0.65  
(0.05)  
13.07  
X12 0.40  
(0.05)  
7.66  
X13 0.58  
(0.05)

11.72  
X14 0.61  
(0.05)  
12.29  
X15 0.44  
(0.05)  
8.46  
X16 0.43  
(0.05)  
8.18  
X17 0.37  
(0.05)  
6.88  
X18 0.14  
(0.06)  
2.61  
X19 0.18  
(0.05)  
3.35  
X20 0.21  
(0.05)  
3.84  
X21 0.20  
(0.05)  
3.69  
X22 0.31  
(0.05)  
5.95

**LAMPIRAN 3**

**ANALISIS DESKRIPTIF DEMOGRAFI**

**JenisKelamin**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Laki-laki	36	14.8	14.8	14.8
Valid Perempuan	207	85.2	85.2	100.0
Total	243	100.0	100.0	

**Semester**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Semester 1	49	20.2	20.2	20.2
Semester 3	51	21.0	21.0	41.2
Valid Semester 5	33	13.6	13.6	54.7
Semester 7	50	20.6	20.6	75.3
Semester 9	60	24.7	24.7	100.0
Total	243	100.0	100.0	

**LAMPIRAN 4**  
**ANALISIS DESKRIPTIF**

**Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kategorisasi	243	44	88	66.16	7.479
Valid N (listwise)	243				

**LAMPIRAN 5**

**ANALISIS VARIABEL BERDASARKAN TINGKAT SKOR**

**SRL**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Sangat Tinggi	25	10.3	10.3	10.3
Tinggi	42	17.3	17.3	27.6
Sedang	88	36.2	36.2	63.8
Rendah	79	32.5	32.5	96.3
Sangat Rendah	9	3.7	3.7	100.0
Total	243	100.0	100.0	

**Semester \* SRL Crosstabulation**

Count

		SRL					Total
		Sangat Tinggi	Tinggi	Sedang	Rendah	Sangat Rendah	
Semester	Semester 1	11	7	21	9	1	49
	Semester 3	5	10	19	16	1	51
	Semester 5	5	4	10	14	0	33
	Semester 7	2	5	23	15	5	50
	Semester 9	2	16	15	25	2	60
Total		25	42	88	79	9	243

**JenisKelamin \* SRL Crosstabulation**

Count

		SRL					Total
		Sangat Tinggi	Tinggi	Sedang	Rendah	Sangat Rendah	
JenisKelamin	Laki-laki	4	13	10	6	3	36
	Perempuan	21	29	78	73	6	207
Total		25	42	88	79	9	243

**LAMPIRAN 6****HASIL ANALISIS BERDASARKAN ASPEK**

**Kategorisasi\_Kognitif**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Sangat Tinggi	16	6.6	6.6	6.6
Tinggi	62	25.5	25.5	32.1
Sedang	92	37.9	37.9	70.0
Rendah	53	21.8	21.8	91.8
Sangat Rendah	20	8.2	8.2	100.0
Total	243	100.0	100.0	

**Kategorisasi\_Perilaku**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Tinggi	22	9.1	9.1	9.1
Sedang	78	32.1	32.1	41.2
Rendah	113	46.5	46.5	87.7
Sangat Rendah	30	12.3	12.3	100.0
Total	243	100.0	100.0	

**Kategorisasi\_Motivasi**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Sangat Tinggi	22	9.1	9.1	9.1
Tinggi	37	15.2	15.2	24.3
Sedang	114	46.9	46.9	71.2
Rendah	60	24.7	24.7	95.9
Sangat Rendah	10	4.1	4.1	100.0
Total	243	100.0	100.0	

**LAMPIRAN 7**

**TABULASI DATA PENELITIAN**

### Lampiran Tabulasi Data Demografi

Jenis Kelamin	Asal Universitas	Fakultas	Semester	
2	1	1	2	2
2	1	1	5	5
2	3	4	4	4
2	1	1	5	5
2	3	4	2	2
2	1	2	5	5
1	2	2	5	5
2	3	4	5	5
2	1	1	5	5
1	1	2	5	5
2	3	4	5	5
2	1	1	5	5
2	1	1	5	5
1	1	1	2	2
1	1	1	4	4
2	1	1	4	4
2	1	1	5	5
2	1	1	2	2
2	1	1	2	2
2	1	1	5	5
2	1	1	5	5
2	3	4	4	4
2	1	1	5	5
2	1	1	5	5
2	1	1	5	5
1	3	2	5	5
2	3	4	5	5
2	1	1	4	4
2	6	4	4	4
2	1	1	5	5
2	1	1	4	4
2	6	2	7	7
1	1	1	5	5
1	6	4	2	2
2	1	1	8	8
1	2	2	1	1
2	2	2	2	2
2	2	2	2	2
2	2	2	2	2
2	3	4	5	5
2	2	2	2	2



2	1	1	3
1	2	2	2
1	2	2	2
1	6	4	3
2	1	1	3
2	2	2	4
2	1	1	3
1	1	2	5
1	3	4	6
2	5	4	5
2	1	1	5
2	1	1	3
1	1	1	2
2	6	4	2
2	1	1	2
2	1	1	4
2	1	1	2
2	1	1	2
2	3	4	5
2	1	1	3
2	3	4	3
1	6	4	4
2	2	4	5
2	1	1	5
2	1	1	5
1	1	1	5
2	1	1	4
2	1	1	5
2	1	1	5
2	1	1	3
2	1	1	5
2	1	1	3
2	1	1	5
2	1	1	3
1	1	2	2
2	1	1	1
2	1	1	1
1	1	1	1
2	1	1	1
2	1	1	1
2	5	4	2
2	6	4	3
2	1	1	2
2	1	1	1
2	1	1	1
2	1	1	1
2	1	1	1
2	5	4	2
2	1	1	1
2	1	1	1
2	1	1	1
2	1	1	1
2	1	1	1





2	1	1	4
2	1	1	3
2	1	1	4
2	1	1	3
1	1	1	3
2	1	1	4
2	1	1	4
2	1	1	4
1	1	1	5
2	1	1	5
2	1	1	4
1	1	1	4
2	1	1	2
2	1	1	4
2	1	4	5
2	1	1	4
2	1	1	4
2	1	1	4
2	1	1	4
2	1	1	4
2	1	1	3
2	1	1	5
2	1	1	5
2	1	1	2
2	1	1	4
2	1	1	4
2	1	1	4
2	1	1	4
2	1	1	2
2	1	1	5
2	1	1	3
1	1	1	5
2	1	1	5
2	1	1	4
2	1	1	4
2	1	1	5
2	1	1	4
1	1	1	5
2	1	1	3
2	1	1	3
2	1	1	3
2	1	1	2

2	1	1	3
1	2	2	2
1	2	2	2
1	6	4	3
2	1	1	3
2	2	2	4
2	1	1	3
1	1	2	5
1	3	4	6
2	5	4	5
2	1	1	5
2	1	1	3
1	1	1	2
2	6	4	2
2	1	1	2
2	1	1	4
2	1	1	2
2	1	1	2
2	3	4	5
2	1	1	2
2	1	1	5
2	1	1	5
2	1	1	5
2	3	4	4
2	1	1	5
2	1	1	5
1	3	2	5
2	3	4	5
2	1	1	4
2	6	4	4
2	1	1	5
2	1	1	4
2	6	2	7
1	1	1	5
1	6	4	2
2	1	1	8
1	2	2	1
1	2	2	2
1	2	2	2
1	6	4	3

1	1	1	3
2	2	2	4
2	1	1	3
1	2	2	1
2	2	2	1
1	6	3	6
2	3	4	5
1	1	1	5
2	1	1	5
2	1	1	2
2	3	4	5
1	2	2	2
1	2	2	1
2	1	1	2
2	1	1	5
2	3	4	4
2	1	1	5
2	3	4	2
2	1	2	5
1	2	2	5
2	3	4	5
2	1	1	5
1	1	2	5
2	3	4	5
2	1	1	5
2	1	1	5
1	1	1	2
1	1	1	4
2	1	1	4
2	1	1	5
2	1	1	2
2	1	1	2
2	3	4	2

**Lampiran Variabel *Self Regulated Learning***

3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	2	2
3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3
3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2
2	1	3	4	3	4	3	3	3	3	2	2	3	4	3	4	2	2	4	1	1	3	2
3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3
3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2
3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	4	4	3	3	3	2	2	3	3	2	2
4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2
2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2
3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	1	2	3	3	3	2
2	3	3	4	2	3	3	3	2	4	1	3	4	3	3	3	1	4	1	1	4	2	2
3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4
4	4	4	2	4	4	1	4	4	4	4	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4
2	3	3	1	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2
4	3	3	2	2	3	3	4	3	4	2	3	3	4	2	4	2	2	2	3	3	2	2
4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4
4	2	4	4	3	4	4	4	2	4	2	4	4	2	4	1	1	1	1	1	1	1	2
4	4	3	2	3	2	3	4	3	3	2	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3
2	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3
3	3	4	2	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	2	4	4	3	3	4	4
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2
3	2	1	4	4	3	3	2	2	1	1	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4
3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2
4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3
3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	1	1	2	1	1
3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	2	2	1	1	1	1
4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	2	2	3	4	4	2	2
3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2
4	3	3	2	2	3	3	3	2	4	2	4	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3
2	4	3	2	3	3	1	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	2	2	1	1	1
3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3
3	4	3	3	3	4	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	1	2	2	2	2	2	3
3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3
3	4	3	2	3	2	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	1	3	2	3	3	3	3
2	2	4	1	4	4	4	3	1	3	2	4	4	3	1	2	1	2	2	4	2	3	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	2	2	4	2	4	3	1	3	3	4	2	2
4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4
4	3	4	2	3	3	3	4	4	3	4	4	1	3	3	3	2	3	2	1	2	1	1
3	4	4	4	4	4	4	4	2	3	2	4	4	4	4	4	3	3	2	3	2	4	4
4	4	4	1	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1
4	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3



3	4	4	2	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	2	3	3	4	3	2	
3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	1	2	2	3
3	3	3	4	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2
4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	
4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	3	2	3	3	3	3	
4	3	3	1	2	2	4	4	4	2	1	3	4	4	1	2	1	4	3	3	1	2	
3	4	3	1	2	3	2	3	3	2	2	4	4	2	1	2	2	3	2	4	3	3	
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	
2	3	2	3	4	3	2	4	3	2	3	4	3	3	4	3	3	2	3	2	1	2	
4	4	4	4	3	3	2	4	3	2	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	
4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	
4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	1	3	2	4	4
4	3	4	2	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	1	
4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	2	1	2	3	2	
3	3	3	2	3	3	3	4	2	3	2	4	4	3	2	2	1	2	3	3	3	4	
4	4	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	1	2	3	4	4	
4	3	3	2	3	3	3	4	2	4	4	3	3	4	2	2	1	2	3	3	3	3	
4	4	3	1	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	3	2	1	3	4	1	1
3	4	3	2	2	4	2	4	3	4	2	4	3	4	1	2	1	1	1	3	2	3	
3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	2	4	2	3	2	3	
4	4	4	3	3	3	3	4	2	4	4	2	4	3	3	3	2	1	3	2	3	4	
4	3	4	2	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	3	4	1	2	3	3	2	3	
3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4	4	2	2	2	3	2	
3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	1	2	2	1	1	
4	4	4	2	2	3	3	4	3	2	2	3	4	4	2	2	1	3	3	2	2	4	
3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	
4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	2	4	3	2	2	3	3	3	3	3	
3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	
4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	4	2	
4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	2	2	4	1	1	4	4	4	
4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	1	4	4	
4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	
4	1	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	3	3	3	3	3	
3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	
3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	4	3	4	
3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	2	2	2	2	2	1	
4	4	3	2	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	2	4	2	3	3	3	3	2	
4	4	3	2	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	4	2	
3	2	1	2	1	2	1	3	2	3	1	3	2	1	2	2	1	3	3	2	2	2	
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	
4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	2	2	3	2	3	2	
4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	2	3	3	3	3	4	
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	2	4	4	4	4	4	
4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	2	1	4	3	3	2	4	
3	2	4	1	4	4	2	4	3	2	2	1	4	4	3	2	2	4	3	3	2	4	
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	1	4	4	4	4	4	

3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	2	3	3	4	3	4
3	3	4	3	4	3	2	3	3	3	3	1	3	4	3	3	3	2	2	2	3	3
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	1	3	4	2	3	2	3	2	4	2	2
4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	2	4	3	4	3
3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	2	4	4	3	4	4
4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2
3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2
4	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3
3	3	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	4
4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	2	3	1
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1
3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	4	4	3
3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3
3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3
3	3	3	1	3	3	3	3	2	2	3	2	2	4	2	3	1	1	3	3	4	2
3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3
4	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	1	2
3	3	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	2	3	3	3
3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	3	3	3	3
3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2
4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4
4	3	4	3	4	3	4	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3
3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
4	3	4	3	3	4	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3
4	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3
4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2
3	2	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2
3	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	1	2	2	2	3
3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3
3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3
4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	2	3	3	3	3	4
4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3
3	3	3	1	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	1	2
4	4	4	2	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4
3	3	4	2	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	4	3	4
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2
4	2	4	2	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	2	3	3	3	2
3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	2	4	2	3	3	3	2	2
4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	2	3	3	4	4	4	4	4
4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4
3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	2	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4
4	3	3	2	3	4	4	4	3	2	2	4	4	3	3	3	1	3	1	4	4	2
4	4	3	2	4	3	4	4	3	2	3	4	4	4	2	2	2	2	3	3	1	2
2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3
4	4	4	3	3	2	4	4	4	3	4	4	2	2	3	4	3	3	3	3	4	4
3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2

3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	
4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	2	1	1	1	3	2
3	3	3	2	2	4	1	4	4	3	2	4	4	4	2	4	1	3	2	4	2	1
3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2
4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	2	2	2	3	3	3	2	1
3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3
2	4	3	4	2	2	4	4	4	4	1	4	3	4	4	2	1	2	3	4	2	1
3	3	3	2	4	3	2	4	4	4	4	2	4	4	3	3	3	3	2	1	2	2
3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3
4	4	4	2	4	4	3	4	3	2	3	4	3	4	3	4	2	3	3	3	3	4
3	3	3	2	3	4	3	4	2	4	3	4	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2
3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	1	3	3	3	4
3	4	3	2	3	3	3	4	2	4	2	4	3	3	2	3	2	2	3	3	4	3
4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	2	4	2	2	3	2	3	3
4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	3
4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	2	4	4
4	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	2	3	3	3	4	3	3	4
3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3
2	3	3	2	2	4	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	1
4	3	3	2	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	2	2	2	2	3	3	2	4
4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	2	1	2	2	1
4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
3	4	3	2	3	4	2	4	3	3	4	3	3	3	2	2	2	4	4	3	2	3
3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3
4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	1
3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	2	3	3	3	3
4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	1	3	3	3	4
4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	2	2	4	2	4	3	1	3	3	4	2
4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4
4	3	4	2	3	3	3	4	4	3	4	4	1	3	3	3	2	3	2	1	2	1
3	4	4	4	4	4	4	4	2	3	2	4	4	4	4	4	3	3	2	3	2	4
4	4	4	1	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1
4	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3
2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2
3	4	3	2	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
3	4	3	4	3	4	3	4	3	2	4	3	4	3	4	2	1	4	3	4	2	4
3	2	3	4	3	3	2	3	3	4	2	3	3	3	2	3	1	2	2	3	3	2
4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	3	2
3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3
3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	1	2	2	2	3	3	2	3
1	2	3	1	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	1	1	1	2	3	3	2	2
2	4	2	3	2	3	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	1	3	2	3	2