

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah pelatihan manajemen diri efektif untuk meningkatkan prestasi akademik mahasiswa. Hipotesa penelitian yang diajukan oleh peneliti yaitu pelatihan manajemen diri dapat meningkatkan prestasi akademik mahasiswa.

Rancangan penelitian ini menggunakan *control group pre test – post test non randomized design* dengan subyek peserta mahasiswa Psikologi angkatan 2007 Universitas Sanata Dharma sebanyak 30 orang. Pengambilan data dilakukan dengan mengevaluasi pelatihan dalam tiga evaluasi, yaitu Reaksi, Pembelajaran dan Hasil. Pengolahan data penelitian digunakan analisis uji t sampel berpasangan. Semua perhitungan dilakukan dengan *SPSS for Windows versi 12.0*.

Hasil analisa data pada evaluasi pembelajaran, dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan pengetahuan pada subyek penelitian sebelum dan sesudah pelatihan untuk Tipe *Declarative and procedural* pada kelompok perlakuan Pretest-postest pertama: nilai t sebesar -12,476 dengan $p=0,000$; Postest pertama-postest kedua: nilai $t=3,568$ dengan $p=0,003$. Pada kelompok kontrol Pretest-postests pertama: nilai t sebesar 0,979 dengan $p=0,344$; Postest pertama-postest kedua: nilai $t=0,130$ dengan $p=0,898$. Untuk Tipe *Strategic* pada kelompok perlakuan Pretest-postest pertama: nilai t sebesar -13,632 dengan $p=0,000$; Postest pertama-postest kedua: nilai $t=2,712$ dengan $p=0,017$. Pada kelompok kontrol Pretest-postests pertama: nilai t sebesar -1,081 dengan $p=0,298$; Postest pertama-postest kedua: nilai $t=1,650$ dengan $p=0,121$. Namun pada evaluasi hasil dapat disimpulkan tidak ada peningkatan nilai prestasi akademik subjek sebelum dan sesudah pelatihan pada kelompok perlakuan Pretest-postest: nilai t sebesar -.577 dengan $p=0,573$; kelompok kontrol Pretest-postest: nilai t sebesar -2.083 dengan $p=0,056$. Hal ini menunjukkan bahwa pelatihan Manajemen diri tidak efektif untuk meningkatkan prestasi akademik mahasiswa.

Kata kunci: Prestasi akademik, Pelatihan Manajemen diri, Mahasiswa.

ABSTRACT

This research was held to find out the effectiveness of self management training to increase the academic achievement in college student. The hypothesis in this research is self management training can increase the academic achievement.

Control group pretest–post test non randomized design in 30 (thirty) student of Sanata Dharma University majoring Psychology year 2007 is use as the design in this research. Data are taken by evaluating the training in 3 (three) evaluation, which is Reaction, Learning and Result. Data are processed by t-test pair sample and SPSS for Windows ver.12.0 for all the accounting process.

From the result of data analysis can be concluded that the student knowledge is increase before and after training for declarative and procedural type in first pretest-posttest group: the t value = -12,476 with p = 0,000, first posttest-second posttest: t value = 3,568 with p = 0,003. In control group with first pretest-posttest: t value = 0,979 with p = 0,344; first posttest-second posttest: t value = 0,130 with p = 0,898. Strategic type in first pretest-posttest experiment group: t value = -13,632 with p = 0,000; first posttest-second posttest: t value = 2,712 with p = 0,017. In first pretest-second posttest control group: t value = -1,081 with p = 0,298; first posttest-second posttest: t value = 1,650 with p = 0,121. However, from the result evaluation can be concluded that there is no increase in academic achievement before and after training in pretest-posttest experiment group: t value = -.577 with p=0,573; pretest-posttest control group: t value = -2.083 with p=0,056. Those mean that self management training is not effective for increasing the academic achievement in college student.

Keyword: academic achievement, self management training, college student.